گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔
ماہنامہ
عبقری ®
لاہور
فروری 2008ء بمطابق صفر المظفر 1429 ہجری
باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔
قیمت فی شمارہ 15 روپے
20
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں
آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی
ماہ صفر میں غنائے قلبی پایئے
انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج
بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟
مختصر مسنون دعا کا معجزانہ اثر
دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل
ڈاکو یا سسرالی
کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ
زندگیوں کے تجربات سے شلجم کے اچار تک
قدرت کا بیوٹی بکس آپ کے گھر میں
عبرت والوں کے لیے تین نصیحتیں
ہلدی کی پکار، مریضوں کے لیے

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 140 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زرِسالانہ -/180 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے۔ اگر زرِسالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/180 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جا سکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے۔ اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے۔ کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں...... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
عصر سے مغرب کے درمیان

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

ضروری اطلاع

حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ کے لیے تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض حضرات اوقات کا خیال نہیں رکھتے پھر خفا ہوتے ہیں۔ ٹوکن کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔ امید ہے اوقات کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website:www.ubqari.net
Email:ubqari@hotmail.com

ایک جگہ ارشاد ہے: اللہ تعالیٰ انصاف کا اور بھلائی کا اور قرابت داروں کے ساتھ اچھا سلوک کرنے کا حکم دیتے ہیں اور بے حیائی اور بری بات اور ظلم سے منع کرتے ہیں، تم لوگوں کو اللہ تعالیٰ اس لئے نصیحت کرتے ہیں تا کہ تم نصیحت قبول کرو۔ (سورہ النحل آیت نمبر 9)

فرمانِ رسول ﷺ

حضرت ابو ہریرہؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم جنت میں نہیں جاسکتے جب تک مؤمن نہ ہو جاؤ (یعنی تمہاری زندگی ایمان والی زندگی نہ ہو جائے) اور تم اس وقت تک مؤمن نہیں ہو سکتے جب تک آپس میں ایک دوسرے سے محبت نہ کرو۔ کیا میں تمہیں وہ عمل نہ بتادوں جس کے کرنے سے تمہارے درمیان محبت پیدا ہو جائے؟ (وہ یہ ہے کہ) سلام کو آپس میں خوب پھیلاؤ (مسلم)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

یہ دعا کچھ حیرت انگیز راز ہی کا مجموعہ ہے۔ ضروری نہیں ہر چیز انسانی عقل اور سمجھ میں آئے۔ پھر اگر ہر چیز انسانی عقل اور سمجھ میں آئے تو پھر انسان عقل کل ہوگیا۔ اس عقل کل سے کامل انسان بن جاتا ہے اور اس کائنات میں کامل انسان صرف حضرات انبیاء کرام علیہ الصلوۃ والسلام ہیں۔

ویسے بھی انسان اپنے تجربے کی بنیاد پر جب بھی کسی فن میں کمال حاصل کرتا ہے اور کرتے کرتے فن کے کمال تک پہنچ جاتا ہے۔ اچانک موت اس کے سامنے آکر اسے گرادیتی ہے۔ کیونکہ وہ اپنے فن میں اپنے آپ کو کامل سمجھ رہا ہے اور کامل صرف اللہ کی ذات ہے۔

یہ اس دور کی بات ہے جب شہر میں صرف چند ڈاکٹر ہوتے تھے یا چھوٹے شہر میں صرف ایک ڈاکٹر ہوتا تھا اور سب لوگ اسی سے استفادہ کرتے تھے۔ ڈاکٹر اللہ بخش ڈیرہ نواب صاحب کے رہنے والے تھے اپنے فن میں بہت صاحب کمال اور ماہر تھے اور علاج معالجے میں انکا نام چلتا تھا۔ بندہ ایک بزرگ کے ساتھ زندگی کے آخری ایام میں انکی عیادت کرنے گیا۔ میرے ساتھ انکا تعارف نہیں تھا لیکن جن بزرگ یعنی حاجی عبدالحمید صاحب کے ساتھ گیا تھا وہ ڈاکٹر صاحب کے دوست تھے۔ دوران گفتگو ڈاکٹر صاحب بتانے لگے کہ میں نے ایک دفعہ ایک سانپ مارا اور معمول کا واقعہ سمجھ کو بھول گیا۔ پھر کچھ دنوں بعد ایک اور سانپ مارا۔ چند دنوں کے بعد ایک سانپ سامنے آیا، اسے مارا مگر چونک پڑا کہ یہ بار بار سانپ کیوں آرہے ہیں؟ کہیں ایسا تو نہیں کہ بعض اوقات سانپ ماریں تو دوسرے سانپ اسکا بدلہ لیتے ہیں۔ اب میں نے محسوس کیا کہ واقعی سانپ میرا تعاقب کرتے ہیں۔ پھر عالم یہ ہوگیا کہ میں چارپائی پر سوتا تو ساتھ لاٹھی رکھ کر سوتا اور جب رات کو یا صبح حاجت کے لیے اٹھتا تو خود لاٹھی لیتا اور میرے گھر والے بھی لاٹھیاں لیتے اور ہر طرف سے پہرہ دیتے۔ ہر روز کہیں نہ کہیں سے سانپ آجاتا اور ہم اس کو ماردیتے۔ ایک سانپ مر جاتا لیکن دوسرا سانپ آجاتا۔ میری زندگی اجیرن ہوگئی ہر وقت سانپ کا فکر رہتا تھا۔

کسی سیانے اور پرانے بزرگ نے ایک ٹوٹکہ بتایا کہ اب جب سانپ ماریں تو پھینکیں نہیں بلکہ اس کو غسل دے کر کفن دیں اور احترام سے دفن کریں۔ بات تو عجیب تھی لیکن مجبوراً ایسا کیا یعنی چند دنوں کے بعد سانپ مارا اور پھر کفن دفن کیا۔ بس وہ دن اور آج کا دن کبھی سانپ نہ آیا۔ قارئین یہ کیا ہے؟ ویسے میری سالہا سال کی زندگی کے تجربات ہیں اور محدثین اور تجربہ کار لوگوں نے کتب میں لکھا ہے کہ جنات کی ایک قسم سانپوں کی شکل میں ہوتی ہے خود میرے ساتھ بھی اس قسم کے واقعات ہوئے ہیں۔ باقی آئندہ تحریر کروں گا۔

کسی انسان کے دل میں ایمان اور حسد اکٹھے نہیں رہ سکتے۔ (حضرت محمد ﷺ)

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

میرے پاس تو لوگ آتے رہتے ہیں کہ ہمیں روحانی علوم کا شوق ہے۔ تو میں کہتا ہوں کہ میرے پاس ٹوٹا پھوٹا جو بھی ہے، آپ کی امانت ہے

علم بانٹنے سے بڑھتا ہے

آپ کو ایک دل کی بات، خلوص سے عرض کرتا ہوں۔ میرے دوستو جو بھی بن دیکھی، ان دیکھی زندگی کو لیکر چلے گا (جو اللہ کے احکامات کی زندگی ہے) وہ دنیا میں ضرور کامیاب ہوا ہے۔ اس کو عشق کی زندگی کہتے ہیں۔ ایک وہ عشق ہے جس کو ہم آجکل استعمال کر رہے ہیں اور ایک عشق وہ ہے جس کا قرآن میں تذکرہ ہے۔'' **والذین امنو اشد حبًا اللّٰہ** '' محدثین نے لکھا ہے کہ اس کا تعلق عشق سے ہے (اللہ کی ذات عالی کے ساتھ۔) میں نے ایک جوان کو دیکھا، مغرب کی نماز تھی۔ اس نے جس عاجزی اور درد کے ساتھ دعا کی اور سجدہ کیا وہ عجیب تھا۔ مجھے پتہ تھا کہ اس کو کوئی عشق لگا ہوا ہے۔ میں نے کہا اللہ پاک تو مجھے بھی اپنی ذات عالی کا ایسا عشق عطا کر دے۔ میں نے ایک آدمی کو دیکھا وہ ہاتھ سیدھے رکھ کر سجدے کرتا تھا، لمبے لمبے اور لمبی لمبی نمازیں پڑھتا تھا۔ مسجد میں سب سے پہلے آکر صفیں بچھانا، صحن میں پانی لگانا اور پتہ نہیں کیا خدمت کرتا۔ میں نے سوچا یا کریم اس کے اندر انقلاب کہاں سے آیا ہے؟ ہائے ہائے اور پھر جب اس کو وہ دنیاوی چیز مل گئی، اسی شخص کو میں نے دیکھا کہ پھر فرض نماز سے بھی چھٹی۔ یہ مخلوق کا عشق ہے اگر خالق کا عشق ہوتا تو اس کو اللہ پاک اپنا وہ تعلق دیتا اور اپنی وہ محبت دیتا جو بیان سے باہر ہے۔ آج میرے پاس ایک صاحب آئے کہنے لگے کہ جی میں نے آپ کی فلاں کتاب پڑھی ہے اور مجھے عملیات سیکھنے کا شوق ہے۔ میرے پاس تو لوگ آتے رہتے ہیں کہ ہمیں روحانی علوم کا شوق ہے۔ تو میں کہتا ہوں کہ میرے پاس ٹوٹا پھوٹا جو بھی ہے، آپ کی امانت ہے۔ مجھے بھی کہیں سے امانت ملی ہے۔ بخل کی کیا ضرورت ہے۔ علم بانٹنے سے بڑھتا ہے۔ کم نہیں ہوتا۔ لیکن میں نے اس سے پوچھا کہ تو یہ علم کیوں حاصل کرنا چاہتا ہے؟ اس نے کہا کئی وجوہات ہیں۔ اس میں ایک وجہ یہ عشق بھی تھا۔ آپ یقین مانئے اللہ جل شانہ کی محبت کا جس نے جام پی لیا اس نے عجیب لذتیں اور عہدے پالئے۔ دنیا کے عہدوں کی لذتیں ہوتی ہیں۔ کرنل صاحب بریگیڈیئر بن گئے۔ عہدے کی لذت ہے، گاڑی بڑھ گئی، رینک بڑھ گیا اور سارا نظام اوپر ہو گیا ہے۔ ایک کلرک سینئر کلرک بن گیا۔ پھر ہیڈ بن گیا۔ پھر ایک چھوٹا افسر جی ایم، ڈائریکٹر جنرل بن گیا، عہدے بڑھ گئے، لذتیں بڑھ گئیں۔ مال کی لذتیں ہیں، چیزوں کی لذتیں ہیں۔ مگر کبھی ہم نے سوچا کہ اللہ کے نام کی محبت کی لذت مل جائے۔ مگر یہ مسئلہ غیب میں اٹکا ہوا ہے۔ میں غیب کو بیان کر رہا ہوں۔ میں ایک دفعہ پوسٹ مارٹم والے کمرے میں کھڑا تھا کہ ایک مردہ جسم آیا۔ ایک نے کہا کیا ہوا؟ دوسرے نے کہا گڑھی شاہو کا ایڈریس ہے، اس کی لڑائی ہوئی کسی نے اس کے سینے میں سوا مارا اور یہ وہیں مر گیا۔ میں اس کے جسم کو دیکھ رہا تھا 29 یا 30 سال کا جوان تھا۔ اس کے جسم کو دیکھ کر سوچا کہ اس کا جسم صرف تیس سال کے لیے آیا تھا اور غیب کا نظام دے کر بھیجا گیا تھا کہ تیرے پاس غیب کا نظام ہے کہ تو نے بس تیس سال دنیا کے اندر رہنا ہے۔ اس کے ساتھ ایک مردہ جسم پڑا تھا۔ جو (80) یا (85) سال کا تھا۔ ایک کو تیس سال کے لیے غیب کا نظام دیا گیا تھا اور ایک کو اسی سال کے لیے غیب کا نظام دیا گیا تھا۔

مقام ولایت کو مقام تقویٰ کہتے ہیں

میرے محترم دوستو! غیب کا نظام دے کر مجھے اور آپ کو اللہ نے اس جہاں میں بھیجا ہے۔ اس غیب کے نظام کو سمجھیں۔ ایک غیب کا نظام ہے، ایک مشاہدے کا نظام ہے۔ قرآن کی ابتداء غیب کے نظام سے شروع ہوتی ہے۔ اللہ نے تقویٰ والوں کے جو صفات بیان کی ہیں ان میں پہلی صفت غیب کی صفت ہے۔ متقی کسے کہتے ہیں؟ ولی کو متقی کہتے ہیں۔ مقام ولایت کو مقام تقویٰ کہتے ہیں اور اس میں پہلی صفت غیب کا نظام ہے۔ اب غیب کے نظام کی ایک صفت سمجھیں۔ ایک گناہ کا موقع ہے، ایک نافرمانی کا موقع ہے، ایک حرام کا موقع ہے۔ اس حرام کا تعلق رزق سے ہے یا جسم سے ہے یا کسی بھی نظام سے ہے۔ کوئی نہیں دیکھ رہا یہ رزق کو حرام یا کسی چیز کو حرام کرنا چاہتا ہے۔ اب ایک غیب کا نظام جس کا اس کو اگر یقین ہے تو یہ فوراً کہے گا کہ کوئی دیکھ رہا ہے۔ یقین جانئے جس نے غیب کے نظام کو سمجھ لیا، اس کی طاقت بڑھ جائے گی۔ آج میں نے چار لفظوں کی تاثیر کو اپنی آنکھوں سے دیکھا۔ **" یا حلیم ، یا علیم ، یا علی ، یا عظیم "** آیت الکرسی کے آخر میں ہے، **"و ھو العلی العظیم"** یہ انہی چار لفظوں میں سے ہے۔ ایک بہت بڑی مشکل تھی۔ مجھے اللہ کی ذات عالی سے امید تھی اللہ کے نام کی برکت سے اللہ پاک اس مشکل کو حل کر دیں گے۔ آپ یقین جانئے جب غیب کے نظام کی طرف یقین بڑھتا ہے تو پھر ہماری دعاؤں کی تاثیر بڑھ جاتی ہے۔ پھر اللہ سے دعاؤں کے قبول ہونے کا یقین ہو جاتا ہے اور پھر دل کہتا ہے کہ جو پڑھوں گا، اللہ دے گا۔ جب ہم غیب کے یقین کو، غیب کے نظام کو سمجھیں گے تو یقین پیدا ہو گا۔

مظلوم کی بددعا سے بچو

دیکھو بات سنو! دعا الفاظ کا نام نہیں، کیفیات کا نام ہے۔ کعبۃ اللہ کے سامنے رات کے بارہ یا ایک بجے کا وقت تھا۔ لوگ بہت کم تھے۔ میں نے ایک اللہ والے سے عرض کیا کہ کوئی دعا بتائیں۔ اس شخص نے مجھے جواب دیا، دعا نہیں بتائی۔ کہنے لگے کہ دعا الفاظ کا نہیں کیفیات کا نام ہے۔ اب اس لفظ کی اگر کسی کو سمجھ آ جائے تو اس کا کام بن جائے گا۔ ایک چیز سوچیے کہ مظلوم کے پاس دعا کے لیے کیا کوئی خاص لفظ ہوتے ہیں؟ کیوں کہتے ہیں کہ مظلوم کی بددعا سے بچو۔ اس کے پاس دعا ہوتی ہے یا کیفیت ہوتی ہے؟ میں نے ان سے عرض کیا کہ کوئی خاص لفظ بتائیں، کعبہ سامنے ہے۔ **(جاری ہے)**

روحانی محفل:

ہر منگل کو بعد نماز مغرب ''مرکز روحانیت و امن'' میں حکیم صاحب کا درس' مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

انسان کا سب سے بڑا دشمن اس کا پیٹ ہے۔ (حضرت علیؓ)

ہلدی کی پکار، مریضوں کے لیے

بائیس امراض کیسے ختم، ہوں یہ ہلدی کی زندہ کرامات ہیں

چہرے کے داغ دھبوں کو دور کرنے کے لیے ہلدی میں سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر آتا ہے اور داغ دھبے دور ہوجاتے ہیں

عربی عروق الصفر فارسی زردچوب
سندھی ہیڈ انگریزی Turmeric

اس کا رنگ زرد اور ذائقہ تلخ ہوتا ہے۔ اسکا مزاج گرم اور خشک ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک ماشہ سے تین ماشہ تک ہے۔ اس کے درج ذیل فوائد ہیں۔

(1) آنکھوں کی بینائی کی تیز کرتی ہے اور آنکھوں کی جملہ بیماریوں میں مفید ہے۔ (2) ہلدی کو دانت درد کے لیے متاثرہ دانت پر رکھ کر چبانا فائدہ مند ہے۔ (3) گہرے سے گہرے زخم پر ہلدی کو ہمراہ پانی پتھر پر گھس کر لگانے سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔ (4) برص (پھلبہری) کو دور کرنے کے لیے ہلدی کو باریک کرکے صبح وشام چار ماشہ سفوف ہلدی ہمراہ پانی کھلائیں اور دن میں دوتین بار ہلدی پتھر پر پانی کے ساتھ گھس کر داغوں پر لگانے سے بہت جلد برص دور ہوجاتی ہے۔ (5) جگر کا سدہ کھولتی ہے۔ (6) ورموں کو تحلیل کرتی ہے اور تسکین دیتی ہے۔ ایسی صورت میں ہلدی پانی میں رگڑ کر لیپ کرتے ہیں (7) پرانا ناسور بھی ہلدی تین ماشہ دن میں دوتین مرتبہ گھس کر لگانے سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔

(8) خارش کو دور کرنے کے لیے پانچ تولہ ہلدی تقریباً چار کلو پانی میں جوش دیں۔ پانی جب ایک کلو رہ جائے تو اسے چھان کر بوتل میں بند کرلیں۔ رات کے وقت متاثرہ جگہوں پر وہ پانی لگائیں اور صبح نہالیں۔ دوتین روز میں افاقہ ہوگا۔

(9) ہلدی کو بطور ابٹن بھی استعمال کیا جاتا ہے، اس سے جلد صاف اور نرم ہوجاتی ہے۔ (10) پرانا سوزاک دور کرنے کے لیے چھ چھ ماشہ ہلدی صبح وشام ہمراہ پانی کھلانا بے حد مفید ہے۔ (11) ہلدی کو پانی کے ساتھ پتھر پر گھس کر رات کو سوتے وقت لگانے سے چنبل دور ہو جاتا ہے۔

(12) یرقان میں صبح وشام تین تین ماشہ ہلدی ہمراہ پانی یا عرق مکو کھلانا مفید ہے (13) جریان میں بھی ایک ماشہ ہلدی صبح وشام پانی یا دودھ کے ساتھ لینا انتہائی مفید ہے۔

(14) ہلدی کو گھس کر بواسیر کے مسوں پر لگانے سے جلن یا کھجلی وغیرہ دور ہوجاتی ہے۔ (15) سانپ کے ڈسنے کی صورت میں مریض کو پانچ تولہ ہلدی آدھ پاؤ گرم دودھ میں رگڑ کر تھوڑی تھوڑی دیر بعد پلانے سے مریض جانی خطرے سے محفوظ ہوجاتا ہے۔ اس دوران اسے فوری طور پر ہسپتال آسانی سے لے جایا جاسکتا ہے، لیکن نسخہ ہر دس پندرہ منٹ بعد مریض کو دیتے رہیں۔ اگر ہسپتال نہ جایا جاسکے تو زہر کے دور ہونے تک مقدار خوراک پانچ تولہ ہی رکھیں، بعد میں پندرہ دن تک تین تین ماشہ ہلدی دودھ کے ساتھ صبح وشام کھلاتے رہیں اور ڈسی ہوئی جگہ پر ہلدی کا لیپ بھی کریں۔

(16) باؤلے کتے کے کاٹنے پر مریض کو ایک تولہ ہلدی پانی کے ساتھ دن میں دوبار کھلانا مفید ہوتا ہے اور کاٹی ہوئی جگہ پر ہلدی کا لیپ کرنا بھی ضروری ہے۔ اس سے زخم جلدی بھر جاتا ہے۔ (17) چوٹ لگنے یا موچ آنے کی صورت میں ہلدی اور چونا ہم وزن رگڑ کر لیپ کرنا مفید ہے۔

(18) زکام اور نزلہ میں ہلدی کو دہکتے ہوئے کوئلوں پر ڈال کر دھونی لینا مفید ہوتا ہے۔ نزلہ کی شدت فوری طور پر کم ہوجاتی ہے، مگر یہ دھونی شام کو لینی چاہئے اور دھونی لینے کے بعد دوتین گھنٹے تک کچھ نہیں کھانا چاہئے۔ (19) چہرے کے داغ دھبوں کو دور کرنے کے لیے ہلدی میں سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لگانے سے چہرے کا رنگ نکھر آتا ہے اور داغ دھبے دور ہوجاتے ہیں۔ (20) ہلدی کو بھون کر سونٹھ اور چینی ملا کر کھانے سے جوڑوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔

(21) ہلدی خون صاف کرتی ہے، ایک ماشہ ہمراہ پانی دس دن تک استعمال کرنا مفید ہے۔ (22) بلغم کو دور کرتی ہے، جگر اور سینے کو صاف کرتی ہے۔

ریت پھانکنا، مٹی کھانا

کبھی کبھی آپ عالم جذب میں یہ بھی فرماتے تھے کہ ''اگر میرے لئے ریت کا پھانکنا یا مٹی کا کھانا درست ہوتا تو میں اس پر ہی قناعت کرلیتا

حضرت ابویحییٰ مالک بن دینار البصریؒ کی دنیا سے بے تعلقی کا یہ عالم تھا کہ آپ بسا اوقات مسجد میں سے کنکریاں اٹھا کر فرماتے ''کیا اچھا ہوتا اگر تمام دنیاوی ضرورتوں کیلئے صرف یہ کنکریاں کافی ہوتیں اور میں کھانے پینے کی تمام چیزوں سے مستغنی ہوکر ان پر ہی اکتفا کرسکتا۔'' کبھی کبھی آپ عالم جذب میں یہ بھی فرماتے کہ ''اگر میرے لئے ریت کا پھانکنا یا مٹی کا کھانا درست ہوتا تو میں اس پر ہی قناعت کرلیتا۔ ایک مرتبہ آپ نے اپنے ایک ساتھی سے فرمائش کی کہ دودھ اور روٹی لائے۔ اس نے خواہش کی فوراً تعمیل کی۔ حضرت مالک نے دودھ روٹی پر ڈال دیا اور اسے ہاتھ میں لے کر الٹ پلٹ کرنے لگے پھر روٹی کو مخاطب کرکے ارشاد فرمایا۔ میں چالیس سال سے اب تک برابر اپنے نفس کو تجھ سے روکتا رہا ہوں اور خدا کا شکر ہے اس میں میں اپنے عزم میں کامیاب رہا لیکن افسوس آج تو میرے قریب آگئی ہے اور چاہتی ہے مجھ پر غالب آجائے۔ چل ہٹ دور ہوجا یہ فرما کر آپ نے روٹی ہٹادی اسے تناول نہیں فرمایا۔

ابوالحسن البصری کا بیان ہے کہ ایک دفعہ حضرت مالک بن دینار جیل خانے کا معائنہ کرنے گئے وہاں انہوں نے ایک ایسا شخص دیکھا جو خراج کی رقم میں خیانت کرنے کے الزام میں قید تھا اور اس کے پاؤں میں بیڑیاں پڑی ہوئی تھیں۔ اس قیدی نے حضرت مالک کو دیکھ کر کہا۔ ''حضرت! کیا آپ کو میری تکلیف پر رحم نہیں آتا؟ ابھی حضرت اس کی بات سن ہی رہے تھے کہ ان کی نظر ایک چھوٹی سی ٹوکری پر پڑی انہوں نے پوچھا ''یہ کس کی ہے''۔

قیدی نے جواب دیا ''میری ہے۔'' آپ نے ٹوکری میں جھانک کر دیکھا تو معلوم ہوا کہ اس میں بھنا ہوا مرغ اور کئی قسم کے حلوے رکھے ہیں۔ یہ دیکھ کر آپ نے قیدی سے فرمایا۔ ''میاں یہی تو وہ چیزیں ہیں جنہوں نے تمہارے پاؤں میں بیڑیاں ڈلوائی ہیں تو پھر غم کس بات کا ہے'' آپ نے یہ فرمایا اور وہاں سے روانہ ہوگئے۔

قدرت کا بیوٹی بکس، آپ کے گھر میں

انتخاب: محمد عرفان علی، لاہور

بیوٹی پارلرز میں مختلف کیمیائی اجزا پر مشتمل یہ ماسک بہ کثرت استعمال ہوتے ہیں جب کہ قدرتی اجزا سے تیار ماسک، گھر میں آسانی سے بن سکتے ہیں اور بہت مفید بھی ثابت ہوتے ہیں۔ خوبصورت جلد حاصل کرنے والوں کے لیے خصوصی تحریر

حسن بخش لیپ:۔ اسے آج کل ''فیس ماسک'' کہا جاتا ہے۔ بیوٹی پارلرز میں مختلف کیمیائی اجزا پر مشتمل یہ ماسک بہ کثرت استعمال ہوتے ہیں جب کہ قدرتی اجزا سے تیار ماسک، گھر میں آسانی سے بن سکتے ہیں اور بہت مفید بھی ثابت ہوتے ہیں۔ ان کے استعمال سے جلد میں ایک نئی جان پڑ سکتی ہے، کیل مہاسے دور ہوتے ہیں، جلن اور سوزش سے نجات مل جاتی ہے۔ جلد کی خشکی دور کی جا سکتی ہے اور مردہ جلد کے خلیات دور کر کے جلد بحال اور جھریاں دور کی جاسکتی ہیں۔

ماسک لگانے کے لیے ضروری ہے کہ:۔ (1) ماسک لگانے سے پہلے آپ اپنے بال پیچھے کر کے ان پر کوئی کپڑا باندھ لیں تا کہ بال اور کپڑے محفوظ رہیں۔(2) ماسک لگانے سے پہلے چہرہ اچھی طرح صاف کریں۔ (3) لیپ یا ماسک کو خاصا گاڑھا ہونا چاہیے تا کہ اس میں شامل اشیا جلد پر اچھی طرح لگ جائیں، لیکن اتنا گاڑھا بھی نہ ہو کر نوچ کر نکالنا پڑے۔ ماسک آنکھوں اور ہونٹوں پر نہ لگے۔(4) ماسک کو چہرے پر 15 منٹ تک لگا رہنے دیں اور پھر پانی سے اچھی طرح دھولیں اور یہ یاد رکھیں کہ پانی سے دھونے کے بعد جلد خشک ہو سکتی ہے، اس لیے چہرے پر جلد کو نم رکھنے والی کوئی شے مثلاً عرقِ گلاب میں شامل گلیسرین کی چند بوندیں لگالیں۔

قدرتی لیپ:۔ ان سے فائدے کے لیے ضروری ہے کہ تازہ پھل اور سبزیاں حاصل کی جائیں۔ یہ بھی ضروری ہے کہ انہیں قدرتی کھاد دی گئی ہو۔ انہیں اچھی طرح دھو لینا بھی ضروری ہے، کیوں کہ ان پر کیڑے مار دوائیں وغیرہ بھی چھڑکی جاتی ہیں۔ یہ قدرتی لیپ چوں کہ بہت جلد خراب ہو جاتے ہیں، اس لیے درکار مقدار میں ہی تیار کرنے چاہئیں۔ ان کی تیاری بھی مشکل نہیں ہوتی۔ اپنے باورچی خانے کا جائزہ لیں تو ان میں سے کئی چیزیں مثلاً دہی، انڈے اور شہد گھر میں ہی مل جائیں گے بلکہ روز آنے والے کئی پھل اور سبزیاں بھی حسن کے نکھارنے میں کام آسکتی ہیں۔

کیلا:۔ حسن بخش پھلوں میں کیلے کا بڑا اہم مقام ہے۔ حیاتین سے بھرپور یہ پھل جلد اور بالوں کے لیے بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس میں کیلیں اور داغ دھبے دور کرنے کی بھی بڑی صلاحیت ہوتی ہے۔ چھیلنے کے بعد کیلا بھوری رنگت اختیار کر لیتا ہے۔ جس سے اس کی تاثیر ختم نہیں ہوتی۔ کیلا ہمیشہ بے داغ لینا چاہیے۔

جلد کی خشکی کے لیے:۔
جلد کی خشکی دور کر کے اسے تر و تازہ رکھنے کے لیے کھانے کا ایک چمچہ کیلے کا گودا ایک چائے کا چمچہ شہد ملا کر اچھی طرح ایک جان کر کے چہرے کی صاف کی ہوئی جلد اور گردن پر لگائیں۔ آنکھیں محفوظ رہیں۔ لیپ لگانے کے ۲۰ منٹ بعد نیم گرم پانی سے چہرہ اور گردن دھولیں۔

خشک بالوں کے لیے:۔
بالوں کے لحاظ سے کیلے کے گودے میں بادام کا تیل اتنا ملائیں کہ ذرا پتلا سا لیپ بن جائے جو بالوں اور ان کی جڑوں پر لگانے کے لیے کافی ہو۔ اسے لگانے کے بعد سر کو پلاسٹک کی ٹوپی یا تھیلی سے ڈھک کر اوپر سے تولیہ لپیٹ لیجیے۔ اس کا ہفتے میں ایک بار استعمال کافی ہے۔

پپیتا:۔ وسطی امریکہ کا یہ پھل برصغیر میں صدیوں سے استعمال ہو رہا ہے۔ ہاضمے کی بہتری کے علاوہ اس میں موجود اہم غذائی اجزا صحت اور توانائی کا سامان مہیا کرتے ہیں۔ اس میں ہاضم خمیر (انزائم) خوب ہوتے ہیں، اس لیے جلد پر اس کے لیپ سے مردہ خلیات بڑی عمدگی سے دور کیے جا سکتے ہیں اور کیلیں، داغ دھبے بھی دور ہو سکتے ہیں۔ اس طرح جلد نکھر جاتی ہے۔ کھردری جلد سے نجات کے لیے دو چائے کے چمچے پکے پپیتے کا گودا اچھی طرح گھوٹ لیجیے اور اس میں ایک چائے کا چمچ شہد اچھی طرح ملا کر اسے چہرے اور گردن پر لیپ کر کے ۱۵ منٹ بعد دھو لیں اور موئسچرائزر لگالیں۔

دھبوں اور کیلوں کے لیے:۔
پپیتے کے گودے میں شہد کی جگہ بغیر بالائی کا دہی ملا کر لگائیں یہ لیپ آنکھوں اور ہونٹوں پر نہ لگے۔ ۱۵ منٹ بعد گرم پانی سے دھولیں۔

پھولی آنکھوں کے لیے:۔
آنکھ کے اطراف کی جلد پھول گئی ہو تو آنکھیں بند کر کے اس کے پتلے پتلے قتلے پھولی ہوئی جگہ پر رکھ کر ۵ منٹ بعد گرم پانی سے دھولیں۔

کھردری جلد کے لیے:۔
پکے پپیتے کے چھلکے کا اندرونی حصہ پورے جسم پر ملیں۔ اس سے دوران خون بھی تیز ہوگا۔ ۱۵ منٹ بعد نیم گرم پانی سے دھولیں۔

سیب:۔ اس میں پائے جانے والے خمیرات (انزائمز) میں جلد کے مردہ خلیات اور بیکٹر یا دور کر کے جلد نکھارنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اس سے گومڑیاں، پھنسیاں اور کیلیں دور ہو جاتی ہیں۔ سیب کے لیپ سے جلد کی تیزابیت بحال ہو جاتی ہے اور وہ چھوت و سرایت (انفکیشن) سے محفوظ رہتی ہے۔ جلد کے ریشوں کو سیب میں موجود حیاتین الف (وٹامن اے) اور ج (سی) سے غذائیت ملتی ہے اور وہ بڑھتے اور اپنی مرمت و اصلاح کرتے ہیں۔ ملی جلی یعنی خشک و چکنی جلد کے لیے سیب کا گودا بقدر ضرورت جلد پر لگا کر ۱۵۔۲۰ منٹ بعد اچھی طرح دھو کر موئسچرائزر لگائیں۔

کیل، مہاسوں کے لیے:۔ سیب کی پتلی قاشیں کاٹ کر تھوڑے سے پانی میں دھیمی آنچ پر گلا کر نرم گودا سا بنا کر ٹھنڈا ہونے کے بعد چہرے پر لگالیں۔ ۱۵ منٹ بعد دھولیں۔

بالوں کی خشکی کے لئے: دو کھانے کے چمچے گرم پانی میں سیب کا رس (دو کھانے کے چمچے) ملا کر سر پر ملیں اور ۱۰ منٹ بعد سر دھو دیں۔ یہ عمل ہفتے میں ۲ یا ۳ مرتبہ کریں۔

دھوپ کا اثر:۔ دھوپ سے جھلسی ہوئی جلد کے لیے سیب کی قاشیں متاثرہ حصے پر رکھیں۔ اس سے ٹھنڈک پڑ جائے گی اور ورم بھی کم ہو جائے گا۔

ملحوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ''عبقری'' کے پکوان میں ضرور بھیجیں

خوبانی کسٹرڈ

اجزاء:۔ خوبانی ایک کلو، کسٹرڈ 2 چمچ، چینی 3 پاؤ، دودھ 1/2 کلو

ترکیب:۔ خوبانی کو دھو کر رات بھر پانی میں بھگو رکھیں صبح اس کے بادام نکال کر اسی پانی میں گلنے کے لیے چولہے پر رکھ دیں جب گل جائیں تو اچھی طرح گھوٹ لیں اور تقریباً آدھ کلو چینی ڈال کر پکائیں۔ چینی مکس ہو جائے تو اتار لیں اب کسٹرڈ ڈال دیں۔ خوبانیوں کی گھٹلیوں سے بادام نکال کر ڈش کو ان سے سجائیں اور ٹھنڈا کر کے کھانے کے لیے پیش کریں۔

حلیم

اجزاء:۔ گندم کا دلیہ 1/2 کلو، مونگ کی دال ایک چھٹانک، چنے کی دال ایک پاؤ، ماش کی دال ایک چھٹانک، مسور کی دال اور چاول ایک چھٹانک، مرغ کا گوشت ایک کلو، دہی ایک پاؤ، نمک مرچ حسب پسند، (ہری مرچ، گرم مصالحہ اور دھنیا حسب ضرورت)

ترکیب:۔ گندم کا دلیہ اور تھوڑا سا نمک ڈال کر پکنے کے لیے رکھ دیں۔ دالیں اور چاول چن کر اکٹھے بھگو دیں جب دلیہ گل جائے تو دالیں ڈال دیں تھوڑی سی سرخ مرچیں اور ادرک لمبائی کے رخ پر کاٹ کر ملا دیں۔ دالیں گل کر یکجان ہو جائیں تو اتار لیں اب ایک دیگچی میں پیاز تین عدد کاٹ کر ڈالیں اور براؤن کریں۔ لہسن ادرک ایک ایک چمچ پسا ہوا ڈال کر مزید بھونیں۔ اب اس میں گوشت ڈال کر بھونیں۔ اس کے بعد دہی اور مصالحے ڈال دیں اور ڈھانپ کر رکھ دیں۔ دہی کا پانی خشک ہو جائے تو گوشت بھونیں پھر دالیں ڈال کر چند منٹ پکائیں۔ اب گرم مصالحہ ملائیں اور اچھی طرح گھوٹ لیں۔ کچھ دیر بعد ہری مرچیں اور دھنیا ڈالیں اور ادرک باریک کاٹ کر گارنش کریں۔ چاہیں تو براؤن کی ہوئی پیاز اور لیموں سے بھی ڈش کو سجا سکتے ہیں۔ مزیدار حلیم تیار ہے۔

(مرسلہ: رفعت خانم۔۔۔فیصل آباد)

افریقی شامی کباب

اجزاء: قیمہ آدھ سیر، چنے کی دال آدھ سیر، گرم مصالحہ آدھ چھٹانک، کیلے تین عدد سخت، انڈے دو عدد، گھی ایک پاؤ، ہری مرچ آدھ چھٹانک، نمک حسب خواہش، سلاد بنا کر رکھیں۔

ترکیب: قیمہ دھو کر دال ڈال کر پریشر ککر میں پکائیں۔ جب قیمہ باریک ہو جائے تو کیلا باریک کاٹ کر شامل کر لیں۔ اب ان کی ٹکیاں بنالیں۔ دونوں انڈے مع زردی اور سفیدی پھینٹ کر ٹکیوں کو اچھی طرح ان میں بھگو کر گرم گھی میں تلتے جائیں۔ ہلکے سرخ ہونے پر اتار لیں۔ ذائقے دار شامی کباب تیار ہو گئے۔

گیس، تبخیر ختم

(اشتیاق احمد۔۔۔سکھر)

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ماہنامہ ''عبقری'' سے بہت متاثر ہوں اور ہر ماہ آپ کے شمارے کا انتظار بڑی بے چینی سے کرتا ہوں۔ اس کو پڑھنے سے دل کو سکون ملتا ہے۔ ماہنامہ عبقری کے لیے میری تحریر قبول فرمائیں۔ میرے ماموں کو گیس اور تیزابیت عرصہ دراز سے ہے۔ ایک دفعہ ایک بزرگ نے فرمایا تم کو جو گیس اور تیزابیت ہے اس کے لیے عرق شیریں استعمال کروں۔ یہ ہمارے شہر سکھر میں ہی بنتا ہے اکثر بچوں ہی کو دیا جاتا ہے۔ ماموں کہنے لگے میں نے عرق شیریں کی آدھی بوتل پی ہے۔ اسکے بعد میری یہ بیماری ختم ہو گئی ہے۔ کہنے لگے اس کے بعد اسکا علاج سینکڑوں بندوں پر آزمایا ہے۔ جس کو بھی بتایا ہے وہ عرق شیریں کا گرویدہ ہو گیا ہے۔ ہمارے ایک دوست ہیں وہ لاڑکانہ میں حکمت پڑھاتے ہیں۔ وہ بتاتے ہیں ہم اپنے اسٹوڈنٹ کو لیکر کراچی اسٹیل مل کے پاس جنگل میں جڑی بوٹیوں پر ریسرچ کے لیے گئے۔ جنگل میں ہم نے ایک عجیب پھل دیکھا بالکل لال سرخ تھا۔ میں نے اور میرے اسٹوڈنٹ نے مل کر وہ پھل کھائے۔ اس کے آگے کہتے ہوئے شرم آ رہی ہے، پھر بھی اس لیے لکھ رہا ہوں کیا پتہ کسی کا بھلا ہو جائے۔ (آپ بھی اس پھل پر ریسرچ ضرور کیجئے گا) وہ کہنے لگے میری بیگم مجھ سے ناراض ہو گئی تم نے ایسی کیا چیز کھالی ہے؟ آخر اس نے مجھے دھکے دیکر کمرے سے نکال دیا۔ باہر نکلا تو دیکھتا ہوں جتنے بھی میرے ساتھ اسٹوڈنٹ تھے سب کے سب باہر بیٹھے ہوئے تھے۔ مجھ سے کہنے لگے سرقوت نے ہمیں بہت بے چین کر دیا تھا۔ یہ کیا دوائی تھی؟

روزگار کی مشکلات آسان ہوگئیں

لامحدود رزق پانے کا انمول وظیفہ

﴿الرزاق﴾ جل جلالہ

﴿رزق دینے والا﴾ ﴿عدد = ۳۰۸﴾

رزاق وہ ذات ہے جس نے رزق پیدا کیا اور اپنی مخلوق تک پہنچایا اور ایسے اسباب سمجھا دیئے جن سے ہر شخص بخوبی اپنی حاجت پوری کر سکے۔ رزق کی دو اقسام ہیں ایک رزق جسم کا مثلاً اناج میوہ جات وغیرہ، دوسرا رزق روح کا اور وہ علوم و معارف ہیں۔ دوسری قسم کا رزق پہلی قسم سے بدرجہا بہتر ہے کیوں کہ پہلی قسم جسم فانی کو تقویت دیتی ہے اور چند روزہ زندگی میں اسے راحت پہنچاتی ہے اور دوسری قسم کا رزق ابدالآباد کی زندگی کا زادراہ ہے۔ (امام غزالیؒ)

جب ظاہر اور باطن کے رزق کا رزاق ایک خدائے تعالیٰ وحدہٗ لاشریک ہے تو دوسرے کے دروازے پر جا کر ہاتھ پھیلانے کی ضرورت ہی کیا ہے؟ جہاں سوال کی اجازت نہیں۔ جو دوسرے کے دروازے پر جائے گا (حدود شرع سے باہر ہو کر) اللہ تعالیٰ اس سے ناراض ہو جائے گا۔

ہاں البتہ اللہ تعالیٰ سے مانگے اور اس کو اپنا مددگار بنانے کے بعد اسباب رزق میں ہاتھ ڈالے۔ ان میں پوری محنت اور کوشش کرے۔ اسباب کی منڈی اور تجارت کے مرکز سے لاکھوں روپیہ کما کر لائے اور اس رزق کو محض اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم خیال کرے تو ایسا شخص اگرچہ ساری دنیا کے خزانوں کا مالک ہو جائے پھر بھی وہ اعلےٰ درجہ کا خدا پرست اور خدا کا دوست کہلائے گا۔ (حضرت لاہوریؒ)

خوش قسمت ہے وہ انسان جس کو اللہ تعالیٰ نے مال و دولت دی اور وہ مخلوق خدا کی جسمانی حاجتیں پوری کرتا ہے اور اس کی زبان کو دلوں کے ارزاق (یعنی اذکار الٰہیہ مثلاً قرآن و حدیث شریف) کا مخزن بنایا۔ (امام غزالیؒ)

وسعت رزق:

جو کوئی اس کو پانچ سو پینتالیس (۵۴۵) مرتبہ پڑھے رزق اس کا کشادہ ہو اور کوئی دشواری اور درماندگی نہ دیکھے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 16 پر دیکھیں)

بزرگ بابا یکایک میری آنکھوں سے غائب ہو گئے

اس ڈریسنگ ٹیبل کے آئینے میں مجھے وہ بزرگ نظر آئے کہنے لگے میں نے تمہیں کہا تھا کہ میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے

میرا نام اخلاق احمد ہے۔ میں پشاور شہر کا رہنے والا ہوں۔ یہ سچا واقعہ میری والدہ شگفتہ پروین کے ساتھ پیش آیا۔

یہ سچا واقعہ میری والدہ کی زبانی خود سنیں:

میں گھر میں اکیلی رہتی تھی۔ شوہر صبح کام پر جاتے اور رات کو واپس آتے۔ اسوقت میرے 2 بچے تھے۔ بیٹی بڑی تھی، بیٹا چھوٹا تھا۔ بیٹے کی عمر اسوقت تقریباً 8 ماہ تھی۔ گھر کے کام ختم کر کے بھی وقت ہی نہ گزرتا۔ اکیلے بیٹھے بیٹھے بور ہو جاتی تھی۔ بیٹے کو گھر میں سلا دیتی اور بیٹی کو ساتھ ہمسائی کے گھر لے جاتی۔ میری ہمسائی اس زمانے میں خشک فروٹ صاف کرنے کا کام کرتی تھی۔ میں وقت گزارنے کے لیے اس کے گھر چلی جاتی۔ ایک دن میں ہمسائی کے گھر بیٹھی ہوئی تھی کہ محلے کی ایک دوسری ہمسائی نے مجھے بلا کر آواز دی کہ آؤ باہر کوئی بزرگ بابا آئے ہیں اور تمہارا پوچھ رہے ہیں۔ میں باہر نکلی تو واقعی بزرگ بابا کھڑے مجھے بلا رہے تھے کہ بیٹی اپنے گھر کا دروازہ کھولو میں تمہارے گھر جانا چاہتا ہوں۔ میں نے گھر کا دروازہ کھولا مجھے ان سے کوئی خوف وخطرہ نہیں محسوس ہو رہا تھا۔ گھر آنے کے بعد بزرگ بابا نے کہا میں حاجی بہادر بابا کی قبر سے آیا ہوں جو کہ کوہاٹ میں واقع ہے۔ کہنے لگے بیٹی ڈرو نہیں تم دین و دنیا میں میری بیٹی ہو۔ قیامت تک میری بیٹی رہو گی۔ میرے سر پر شفقت سے ہاتھ پھیرا، ڈھیر ساری دعائیں دیں۔ پھر کہنے لگے کہ تم نے بیٹے کے دایاں بازو کے ساتھ غوث اعظم کے نام کے 11 روپے باندھے ہیں وہ کھولو اور مجھے لا دو۔ میں حیران ہو کر انکی باتوں کو سن رہی تھی کہ ان کو کیسے معلوم کہ میں نے بیٹے کے بازو کیساتھ غوث اعظم کے نام کے 11 روپے باندھے ہیں۔ خیر میں نے وہ پیسے کھولے اور لا کر بزرگ کو دے دیے۔ کہنے لگے کہ بیٹی تمہارے جو برے حالات ہیں، بچے بڑے ہونگے تو اللہ تعالیٰ حالات اچھے کر دیگا۔ تمہارا یہ جو بیٹا ہے اسے زندگی میں دو بار سخت چوٹیں آئیں گی۔ لیکن اللہ تعالیٰ اسے نئی زندگی دیگا۔ پھر کہا کہ جاؤ چینی لاؤ تا کہ دم کر دوں، پھر ان بچوں کو کھلاتی رہنا۔ چینی دم کر کے دی اور ساتھ ایک چونی دی کہ اس کو سنبھال کر رکھنا اور اس چونی کو کبھی بھی ناپاک ہاتھ نہ لگانا۔ جاتے ہوئے کہنے لگے کہ جاؤ یہ چینی سنبھال کر آؤ اور میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا۔ میں چینی رکھنے گئی، مڑ کر دیکھا تو بزرگ بابا غائب تھے۔ انکے جانے کے بعد میں نے بزرگ بابا کا ذکر اپنی والدہ کے آگے گوش گزار کر دیا۔ اب مجھے یاد نہیں کہ میں نے کس طرح اس چونی کو کہاں دکھایا، کبھی بھولے سے ناپاک ہاتھ لگا دیے کہ وہ چونی مجھ سے گم ہو گئی۔ اس زمانے میں 25 پیسے کو چونی کہتے تھے۔ وقت تیزی سے گزرتا رہا۔ بچے بڑے ہو گئے۔ بیٹا 12 سال کا ہو گیا تو اسے دوکان پر استاد کے ہاتھوں پستول کی گولی لگی۔ اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے دربارہ زندگی ملی۔ پھر کافی اونچائی سے چھت پر سے گرا اور سخت چوٹ آئی۔ لیکن اللہ تعالیٰ کو پھر ایک دفعہ ہم پر رحم آیا اور میرے بیٹے کو دوبارہ نئی زندگی ملی۔ مجھے وہ بزرگ بابا کی باتیں بہت یاد آ رہی تھی کہ انہوں نے آنے والے حالات سے مجھے کس طرح آگاہ کیا تھا۔ میں ہر وقت دعائیں کرتیں کہ مجھے وہ بزرگ بابا دوبارہ ملیں۔ کئی بار اللہ کے نام کے نوافل بھی ادا کیے۔ ایک دن میں اپنے کمرے میں لیٹی ہوئی تھی۔ ہمارے بیڈ کے بالکل سامنے ڈریسنگ ٹیبل تھی۔ اس ڈریسنگ ٹیبل کے آئینے میں مجھے وہ بزرگ نظر آئے کہنے لگے میں نے تمہیں کہا تھا کہ میرا ذکر کسی کے آگے نہ کرنا مگر تم نے میری بات نہیں مانی اور پھر یکدم غائب ہو گئے۔ اس بات کو گزرے ہوئے تقریباً 27 سال کا عرصہ گزر چکا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے کچھ نیک پرور لوگ بھی ہیں جو انسان کو آنے والے حالات سے آگاہ کرتے ہیں۔ لیکن انسان کو دوبارہ نہیں ملتے۔ کبھی کبھی میں سوچتی ہوں کہ اگر میں اس واقعہ کا ذکر اپنی والدہ کے آگے نہ کرتی تو آج میں اس بزرگ ہستی کے بہت قریب ہوتی۔ نہ جانے وہ زندگی کے کتنے موڑ پر میرے مدد گار ہوتے۔ میں آج بھی خواہش کرتی ہوں کہ مجھے زندگی میں پھر ایسا موقع ملا تو اس بزرگ سے میں معافی مانگ لونگی کہ میں نے آپ سے کیے ہوئے وعدے کی خلاف ورزی کی۔ ویسے ہی تو ہمارے دین میں وعدے کی خلاف ورزی کے متعلق ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ ''جس میں وعدے کی پابندی نہیں اسکا کوئی دین نہیں''۔ آپ کسی سے بھی وعدہ کریں چاہے وہ انسان ہو یا جن یا کوئی فرشتہ۔ کبھی بھی وعدے کی خلاف ورزی نہ کریں۔ خدا ہم سب کو دین کے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق زندگی گزارنے کی توفیق عطا فرمائے آمین۔

(بقیہ: بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟)

حضرات جن مشکلات میں مبتلا ہوتے رہتے ہیں، فصلوں کو کیڑا لگ جاتا ہے، موسم ناسازگار ہو جاتے ہیں اور کسی نہ کسی حوالے سے پیداوار میں کمی ہو جاتی ہے اور نت نئی بیماریاں اچھی سے اچھی دواؤں کی دسترس سے باہر ہو جاتی ہیں۔ اس کا بنیادی سبب یہ ہے کہ ہمارے زمیندار غربا ومساکین کے سلسلے میں اپنی ذمہ داریوں سے بے نیاز ہو گئے ہیں۔ اپنے ملازموں کو پوری مزدوری نہیں دیتے، اپنے علاقے کے تہی دست اور محتاج لوگوں کے کام نہیں آتے، زکوۃ اور عشر کا اہتمام نہیں کرتے اور جو کچھ حاصل ہوتا ہے وہ چندروز زندگی کی عیش میں لٹا دیتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ انہیں ذہنی آسودگی بھی حاصل نہیں ہوتی اور ان کے روزمرہ معاملات بھی اصلاح پذیر نہیں ہوتے۔ اس ضمن میں ایک آنکھوں دیکھا واقعہ پیش کر رہا ہوں۔ امید ہے میرے نقطہ نظر کی مزید وضاحت ہو جائے گی۔ میرے آبائی گاؤں (واقع ضلع سیالکوٹ) میں ایک شخص ہے، میرا قریبی عزیز ہے اور کئی عوارض میں مبتلا ہے اور اس کا بنیادی سبب یہ ہے کہ اس بدنصیب آدمی کو کبھی کسی سے بھلائی کرنے کی توفیق حاصل نہیں ہوئی، خصوصاً اپنے والدین سے اس کا طرزِ عمل بہت منفی تھا۔ یہ کاشتکاری کرتا تھا اور ایک مرتبہ اس نے ایک بیگھہ چنے کاشت کر رکھے تھے، چنوں کی فصل خوب لہلہا رہی تھی مگر اس میں گھاس پھونس اور دیگر جڑی بوٹیاں بھی اگی ہوئی تھیں۔

اس شخص کے باپ نے ایک بھینس پال رکھی تھی، ایک دن وہ اپنے بیٹے کے کھیت میں گیا اور چنوں کے اندر سے گھاس وغیرہ کاٹنے لگا تا کہ چنوں کو بھی فائدہ ہو اور اس کی وجہ بھینس کے لیے چارے کا انتظام بھی ہو جائے...... لیکن بدنصیب بیٹے نے باپ کے اس اخلاص اور ضرورت کی پروا نہ کی۔ پہلے بدزبانی کی اور پھر اس کا ہاتھ پکڑ کر اسے کھیت سے باہر نکال دیا..... بوڑھا باپ آنسو بہاتا ہوا گھر آ گیا۔

پھر پورے گاؤں کے لوگوں نے دیکھا کہ اس کا کھیت کسی پراسرار بیماری کی وجہ سے ناکارہ ہو گیا اور یوں اللہ کی ناراضگی ظاہر ہوئی۔

آرزو نصف زندگی ہے اور بے حسی نصف موت۔ (خلیل جبران)

انگلیوں سے کھانا سائنسی فوائد رکھتا ہے

میں نے ان انگریزوں سے پوچھا تو کہنے لگے یہ امریکن ریسرچ ہے کہ انگلیوں میں جو مسام ہیں ان میں خاص پلازمہ خارج ہوتا ہے جو نظام ہضم کے لیے بہت مفید ہے اس لیے ہم ہاتھ ٹشو پیپر سے نہیں صاف کرتے بلکہ انگلیاں چاٹتے ہیں

واشنگٹن کے ڈائریکٹرز اور میرا ذاتی تجربہ

انجینئر صباحت فرماتے ہیں:

''ایک دفعہ میٹنگ تھی اور اس میں امریکہ کے تین بڑے کوالیفائڈ کمپنی کے ڈائریکٹرز اور جنرل منیجر موجود تھے۔ ہم نے ایک ہی میز پر کھانا کھایا۔ میں نے دیکھا ہم مہمان تو ہاتھوں سے کھانا شروع ہو گئے تھے لیکن انہوں نے بھی ہاتھوں سے کھانا شروع کر دیا۔ چھری کانٹے Cutlery ایک طرف دھری رہی، مجھے بڑی حیرت ہوئی۔ مطلب یہ کہ بڑے اہم لوگوں (VIPs) کی میٹنگ ہے۔ وہ بھی کرسی پر بیٹھ کر ہاتھوں سے کھانا کھا رہے ہیں، بوٹی توڑ رہے ہیں اور بوٹی نوچ رہے ہیں۔ میں بہت حیران ہوا اور پوچھا کہ آپ نے یہ چھری کانٹے استعمال نہیں کیے تو انہوں نے کہا:

ہمیں ہاتھوں سے کھانا کھانا پسند ہے۔ دوسرے کو دیکھا وہ بھی ایسے کھا رہا ہے، تیسرے کو دیکھا وہ بھی اسی طرح کھا رہا ہے میں حیران ہوا۔ میرا تو اپنا کھانا بڑا مشکل ہو گیا۔ یہ آج پہلی دفعہ گوروں کو دیکھا کہ یہ چھری کانٹے چھوڑ کر اس طرح انگلیوں سے کھا رہے ہیں۔ جب ہم کھانا کھا چکے تو ہمارے پاس ٹشو پیپر پڑا ہوا تھا۔ میں نے انہیں ہاتھ صاف کرنے کیلئے ٹشو پیپر دیا لیکن انہوں نے اس سے ہاتھ صاف نہیں کیے بلکہ باقاعدہ انگلیوں کو چاٹا۔

میں نے سوال کیا Where you learnt it تو کہنے لگے کہ یہ امریکن ریسرچ ہے کہ جب کھانا انگلیوں سے کھایا جاتا ہے تو انگلیوں میں جو مسام ہیں ان میں پلازمہ خاص طور پر خارج ہوتا ہے جس کو اگر خوردبین (Micro scope) کے ذریعے دیکھا جائے تو واضح نظر آتا ہے۔ یہ پلازمہ نظام ہضم کے لیے بہت مفید ہے کہنے لگے اب ہم چھری کانٹوں کی بجائے انگلیوں سے کھانا پسند کرتے ہیں۔ یہ میرا ذاتی واقعہ اور تجربہ ہے۔''

کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا

انسانی زندگی کے معمولات میں کبھی کہاں اور کبھی کہاں ہاتھ لگتا ہے۔ تو چونکہ ہاتھوں پر جراثیم چپکے ہوئے ہوتے ہیں اسلئے حکم شرعی ہے کہ ہاتھوں کو پانی سے دھولو۔ پھر دوسرا حکم یہ ہے کہ اس کو کپڑے وغیرہ سے صاف نہ کرو اسلئے کہ اس کپڑے پر لگے ہوئے جراثیم پھر کہیں ہاتھوں کو نہ لگ جائیں۔

ایک ٹرک ڈرائیور نے کھانے کیلئے ایک ہوٹل کے قریب اپنا ٹرک کھڑا کیا نیچے اتر کر اس نے ٹرک کے ٹائر چیک کئے اور پھر کھانا کھایا۔ واقعہ یہ ہوا کہ ڈرائیور کھانا کھاتے ہی مر گیا۔ حالانکہ اسی ہوٹل سے اور لوگوں نے بھی کھانا کھایا لیکن انہیں کچھ نہ ہوا۔ بہت سوچ و بچار اور کھوج کے بعد معلوم ہوا کہ مرحوم نے ٹائروں کو چیک کرنے کیلئے ان پر ہاتھ لگایا تھا۔ وہاں ایک زہریلا سانپ کچلا ہوا تھا اور اس کی تازہ زہر ٹائر پر لگی ہوئی تھی اور وہی زہر ہاتھوں پہ لگ گئی اور ہاتھ نہ دھونے کی وجہ سے زہر کھانے میں شامل ہو کر اس کی موت کا سبب بن گئی۔

سانس سے جلدی امراض ختم

(ایم صادق کاکڑ۔۔۔ دکی لورالائی بلوچستان)

محترم جناب حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ ''عبقری'' میرا پسندیدہ ماہنامہ ہے۔ میں اس سے بہت زیادہ طبی اور روحانی طور پر فائدہ حاصل کرتا ہوں۔ ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے اپنا آزمودہ نسخہ بھیج رہا ہوں جو کہ نہایت ہی آسان ہے۔

جس کسی کے خون میں نقص رہتا ہو، خارش، پھوڑے، پھنسی، چہرے پر دانے، خون میں خرابی، ہر قسم کی بہت سی دواؤں کے استعمال سے تنگ آ چکا ہو۔ ان سے شفاء کا نسخہ یہ ہے کہ زبان اوپر کے دانتوں کی تہہ میں لگا کر منہ بند کر کے نتھنوں سے لمبا سانس لیں۔ سانس کچھ دیر اندر روک کر دوبارہ نتھنوں سے تیزی سے خارج کریں۔ دس منٹ یہ عمل صبح و شام کھلی فضا میں کریں۔ دس دن میں ہر طرح کے خون کے نقص سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔ چند دوستوں پر یہ عمل آزما چکا ہوں۔ مجھے یقین ہے کہ اگر لگا تار عمل کیا جائے تو جذام، کوڑھ اور خون کے کینسر کو بھی شکست دینا مشکل نہ ہوگا۔ انشاء اللہ۔ سانس خارج کرتے وقت زبان نیچے کے دانتوں کی تہہ میں لگا دیں منہ بند ہی رہیگا۔

مسمی، ذائقہ، صحت اور طاقت

صبح نہار منہ چار عدد مسمیاں کھانے سے بڑھا ہوا پیٹ کم ہوتا ہے بشرطیکہ یہ عمل تین ہفتے تک جاری رہے

(انتخاب: محسن انصاری۔۔۔۔۔لاہور)

سندھی موسمبھی انگریزی Sweet Orange

مسمی کا رنگ پختہ حالت میں زرد سرخی مائل ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں اور مزاج سرد تر ہے۔ موسم سرما کا بہترین تحفہ ہے۔ اس کی مقدار خوراک چار سے چھ دانہ ہے، اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

مسمی کے فوائد: (۱) مسمی زود ہضم اور طاقت بخش پھل ہے۔ (۲) یہ خون پیدا کرتی ہے۔ (۳) ملیریا بخار، سل اور تپ دق میں بے حد مفید ہے۔ (۴) مسمی میں اسی فیصد مصفا پانی اور بیس فیصد تک گوشت بنانے والے روغنی اور نشاستہ دار اجزاء کے ساتھ ساتھ سوڈیم، فاسفورس، پوٹاشیم کی آمیزش ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ اس میں وٹامنز ''اے'' اور ''بی'' پائے جاتے ہیں، جو انسانی صحت کیلئے ضروری ہوتے ہیں۔ (۵) یہ قبض کشا ہے۔ (۶) معدہ کی تیزابیت کو دور کرنے کیلئے یہ قدرت کا بہترین تحفہ ہے۔ (۷) صبح نہار منہ چار عدد مسمیاں کھانے سے بڑھا ہوا پیٹ کم ہوتا ہے بشرطیکہ یہ عمل تین ہفتے تک جاری رہے۔ (۸) معدے کی جلن میں مسمی کا استعمال بہترین رہتا ہے۔ (۹) مسمی کے استعمال سے خون کی تیزابیت دور ہوتی ہے۔ (۱۰) پھوڑے، پھنسیاں اور خارش والے مریض چھ عدد مسمیاں روز کھا کر اس موذی مرض سے نجات حاصل کر سکتے ہیں، کم از کم یہ عمل دس روز تک جاری رکھنا ہوگا۔ (۱۱) جوڑوں میں درد اور سوجن ہو جانے کی وجہ اگر ان میں یورک ایسڈ کی زیادتی ہو تو سورنجاں شیریں، سفید زیرہ ہم وزن لے کر سفوف بنائیں اور یہ سفوف چھ ماشہ (آدھ چمچ چائے والا) ہمراہ دودھ صبح بطور ناشتہ لیں اور شام کے وقت تقریباً چار بجے دو گلاس مسمی کا جوس پی لیں۔ چند روز میں ہی مکمل صحت ہو جائے گی۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

شخصیت نکھاریئے، گھر سنواریئے

تحریر: امبر اطہر

جسمانی صفائی اور حفظانِ صحت کے اصولوں کو اختیار کرنا بہت اہم ہے۔ جسم یا سانسوں سے نکلنے والی بدبو آپ کی خوبصورتی کو غارت کر سکتی ہے اور آپ کی مقبولیت کم کر سکتی ہے۔ بری عادتیں بھی لوگوں کو آپ سے متنفر کر سکتی ہیں

گھر اور ازدواجی زندگی ہمیشہ کچھ انداز اور طور طریقے اپنانے سے جنت بنتے ہیں۔ وہ کیا ہیں؟ آیئے وہ طریقے ہم آپ کو بتائے دیتے ہیں۔

ایک دلکش خاتون کمرہ میں داخل ہوتی ہے۔ اچانک خاموشی چھا جاتی ہے اور ہر ایک کی نظریں اس پر مرکوز ہو جاتی ہیں۔ آپ بھی اس پر ایک نظر ڈالتی ہیں اور "داد" کیے بغیر نہیں رہ سکتیں۔ ایسی ساحرانہ اور پرکشش شخصیت اکثر اوقات دوسروں کو اس طرح متاثر کرتی ہے۔ دوسروں پر اثر انداز ہونے کے لیے ہماری شخصیت کو ہر لحاظ سے بھاری بھر کم ہونا چاہیے۔ لیکن عموماً ہم کسی ایک پہلو کی طرف اشارہ کر کے یہ بتانے میں ناکام رہتے ہیں کہ کون سی بات شخصیت میں چار چاند لگا دیتی ہے۔ یہ بڑی عجیب سی بات معلوم ہوتی ہے۔ مثلاً نزہت بڑی خوبصورت ہے لیکن یاسمین لوگوں کو زیادہ متاثر کرتی ہے۔ کیونکہ وہ زیادہ زندہ دل اور دلفریب ہے، اسے دوسروں سے باتیں کرنے اور انہیں اپنا گرویدہ بنا لینے کا گر آتا ہے، حسن کے مرقع کے مقابلے میں چرب زبان شخصیت کسی محفل کی رونق میں زیادہ اضافہ کر سکتی ہے۔ کسی شخصیت کو پر تاثر بنانے میں بہت سے عناصر کارفرما ہوتے ہیں۔ جسم سے خارج ہونے والی مہک، ظاہری رکھ رکھاؤ طور طریقے اور دوسروں کے ساتھ طرزِ عمل، یہ باتیں کسی شخصیت کو نکھارنے کے لیے ضروری ہیں۔ ایک کہاوت ہے کہ کسی سے ملنے کے بعد پیدا ہونے والا تاثر ہی آخری ثابت ہوتا ہے۔ البتہ مسلسل ملاقاتیں جاری رہنے کے بعد اس کی دوسری خصوصیات آپ کے سامنے واضح ہوتی چلی جاتی ہیں۔

وضع طور:۔ ظاہری وضع قطع اہم ترین چیز ہے۔ خوب صورت شے زندگی بھر خوشیاں بکھیرتی رہتی ہیں۔ خوب صورتی میں مقناطیسیت ہوتی ہے۔ تاہم خوب صورت ہی سب کچھ نہیں کیوں کہ بعض افراد خوب صورت نہ ہونے کے باوجود گہرا تاثر چھوڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ کئی دوسرے عناصر بھی ایسے ہیں جنہیں اجاگر کر کے خوب صورتی پر فتح پائی جا سکتی ہیں۔

بننا سنورنا:۔ یہ بھی بہت اہم ہے، بنا سنورا شخص بہت جلد دوسروں کی توجہ اپنی طرف راغب کر لیتا ہے۔ پھوہڑ اور بے سلیقہ شخصیت اپنی خوبصورتی کو بھی زائل کر دیتی ہے۔ اس کی نسبت صاف ستھری اور سمارٹ شخصیت کو زیادہ پسندیدگی کی نظروں سے دیکھا جاتا ہے۔ اس لئے اپنے جسمانی بناؤ سنگھار کا زیادہ خیال رکھنا چاہیئے۔ چہرے، بالوں اور ہاتھ پیروں کی طرف کافی توجہ دینا چاہیے۔

صحت:۔ اکثر یہ بات دیکھنے میں آتا ہے کہ صحت مند خاتون کا روشن چہرہ ... یہ ضرور ہے کہ بیماری انسان کے بس میں نہیں ہوتی ہے، تاہم ورزش اور متوازن غذا کا استعمال ہر ایک کو صحت مند رکھتا ہے۔ صحت مند جلد اور بالوں میں ایک قدرتی چمک ہوتی ہے، جو سب کو متاثر کرتی ہے۔ جسمانی صفائی اور حفظانِ صحت کے اصولوں کو اختیار کرنا بہت اہم ہے۔ جسم یا سانسوں سے نکلنے والی بدبو آپ کی خوبصورتی کو غارت کر سکتی ہے اور آپ کی مقبولیت کم کر سکتی ہے۔ بری عادتیں بھی لوگوں کو آپ سے متنفر کر سکتی ہیں۔ مثلاً محفل میں ناک صاف کرنا یا ہر وقت کھجاتے رہنا۔

طرزِ خرام:۔ اٹھنے بیٹھنے اور چلنے پھرنے کا طریقہ بہت اہم ہے، اکثر طویل قامت خواتین بھی تھوڑا جھک کر چلتی ہیں، جو ان کے طرزِ خرام کو بھدا بنا دیتا ہے اور ان کی کشش معدوم ہو جاتی ہے۔ باوقار طریقہ سے چلنا پھرنا زیادہ جاذبیت پیدا کرتا ہے۔ خواتین کی خوبصورت فگر اور مردوں کا متناسب قد و قامت انہیں وجاہت عطا کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس لئے اپنے جسم کا خیال رکھنا ضروری ہے، اسے بھدا اور بے ڈھنگا ہرگز نہ بننے دیں۔ خواتین کو کھانے پینے پر کنٹرول رکھنے کی زیادہ ضرورت ہے تا کہ ان کی جسمانی خوبصورتی قائم رہ سکے۔ تاہم دیکھا گیا ہے کہ بعض بھدے لوگ بھی کرشماتی شخصیت کے حامل ہوتے ہیں لیکن ہمیں دوسروں کی نقل ہرگز نہ کرنا چاہیے۔ مثلاً ہو سکتا ہے کہ اسٹیج پر اٹھلا کر چلنے والی ایک ماڈل کو جنسی کشش کا حامل سمجھا جائے لیکن عام زندگی میں ہم اسی انداز کے ساتھ سڑک پر ہرگز نہیں چل سکتے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

سرسوں کا ساگ سردیوں کی سوغات

سرسوں کا تیل گھی کی جگہ بھی کھایا جاتا ہے

(مرسلہ: راحیل قاضی ۔ ڈ ۔ اسلام آباد)

عربی: حرف ابیض ۔ فارسی: سرشف
سندھی: سرنہہ ۔ انگریزی: Mustard Seed

سرسوں کا ساگ مشہور ترکاری ہے۔ یہ سرسوں کے پودوں سے حاصل کیا جاتا ہے۔ سرسوں کے پتوں کی نسبت، گندل کا ساگ بہترین سمجھا جاتا ہے۔ پاکستان کیا دنیا کے تقریباً ہر ملک میں اس کی کاشت ہوتی ہے۔ تنہا یا گوشت کے ہمراہ پکایا جاتا ہے۔ اسے جو، جوار، مکئی یا باجرہ کی روٹی کے ہمراہ بڑے شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دو چھٹانک تک ہے۔

اس کے اجزاء میں روغنیات، فولاد اور وٹامن اے، بی، سی اور کیلشیم ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج گرم اور خشک ہے اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

فوائد: (۱) ساگ خون پیدا کرتا ہے اور خون کو صاف بھی کرتا ہے (۲) خون میں حرارت پیدا کرتا ہے جس سے چہرے پر سرخی آجاتی ہے (۳) معدہ، جگر اور انتڑیوں کو طاقتور بنانے میں ساگ بے مثال ہے (۴) قبض کشا ہے اور بھوک لگاتا ہے (۵) جسم و معدہ سے ریاح کو خارج کرتا ہے (۶) بچوں کی غذا میں اس کے استعمال سے ان کا قد اور وزن بڑھتا ہے (۷) پیشاب آور ہے (۸) دانتوں کو مضبوط کرتا ہے (۹) جسم کی سوجن کو دور کرتا ہے (۱۰) قوت باہ کو مضبوط کرتا ہے (۱۱) سرسوں کے بیج بھی بطور دواء استعمال ہوتے ہیں۔ ابٹن وغیرہ بنانے کے بھی کام آتے ہیں (۱۲) گندھک کے ہمراہ سرسوں کے بیج پیس کر سرسوں کے تیل میں ہی ملا کر خارش والی جگہ پر لگانے سے جلدی خارش سے نجات ملتی ہے (۱۳) پیٹ کے کیڑوں کو مارنے کیلئے سرسوں کا ساگ بہترین غذا ہے (۱۴) سرسوں کا تیل گھی کی جگہ کھایا بھی جاتا ہے۔

ساگ کو ادرک ملا کر پکانا چاہیئے اور تازہ تازہ پکا ہوا استعمال کرنا چاہیئے۔

احتیاط: گردہ کے مریض اسے بالکل نہ کھائیں۔

خودکشی بہت بڑا گناہ ہے (سقراط)

گھر بھر کی صحت نوٹوٹکوں سے

بھولنے کی عادت ختم ❁ پتھری کا خاتمہ ❁ آگ سے جلنا

آنکھوں کی خارش کے لیے: میٹھے انار کے دانوں کا پانی کسی تانبے کے برتن میں ڈال کر درمیانی آنچ پر پکائیں جب وہ اچھی طرح گاڑھا ہوجائے تو اسے کسی صاف ڈبیہ میں ڈال دیں۔ رات کو سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں۔ خارش چشم اور پلکوں کے بال گرتے ہوں، تو بہترین ہے۔

ناخن اکھڑنے لگیں: پانچ تولے شیطرج ہندی کا جوشاندہ تیار کر کے اس میں پانچ تولے سرکہ اور دو تولے شہد ملا کر پکائیں۔ گاڑھا ہونے پر بوتل میں ڈالیں۔ اکھڑنے اور پھٹتے ہوئے ناخنوں پر لگانے سے مفید نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

بلغم کی زیادتی اور نسیان کے لیے: ساڑھے چار تولہ کسندر لیں۔ رات کو تھوڑے سے پانی میں بھگودیں۔ صبح نہار منہ یہ پانی نتھار کر پئیں۔ بلغم کی زیادتی کو ختم کرنے میں لاثانی ہے۔ مرض نسیان کا بھی خاتمہ ہوجاتا ہے۔

پیچش کے لیے: چھوٹی چھوٹی سیاہ ہرڑ لیں ان پر گھی لگالیں پھر انہیں یوں بھونیں کہ نہ کچی رہیں نہ ملنے پائیں۔ پھر باریک پیس لیں۔ تھوڑے سے دہی یا مکھن میں چار ماشے یہ سفوف ڈال کر استعمال کریں۔ پیچش کا کامیاب علاج ہے۔

آگ سے جل جانا: اقاقیا لیں اور باریک پیس لیں مرغی کے انڈے کی سفیدی میں ملالیں۔ اب جلی ہوئی جگہ پر لگائیں درد بند ہوجائیگا اور آبلے نہیں پڑتے۔

پتھری کے لیے: سہاگہ بریاں ایک تولہ لیکر اسے باریک پیس لیں۔ اب روغن گاؤ پانچ تولہ میں ملا کر پکائیں جب سہاگہ پھول جائے تو اسے نکال کر پیس لیں یہ سفوف بارہ تولہ شہد میں ملا کر رکھ لیں۔ روزانہ 3 ماشہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ انشاء اللہ پتھری ختم ہوجائے گی۔

پھوڑے پھنسی کے لیے: دیسی مرغی کے انڈے کی سفیدی میں ایک چمچ تل کا تیل ملائیں اور پھوڑے یا پھنسی کی جگہ پر لیپ کردیں۔ فائدہ مند ہے۔

ملیریا کے لیے: ایک تولہ تلسی کی سبز پتی، نصف ماشہ کالی مرچ میں ملا کر پیس لیں اور تھوڑا سا شہد ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ سردی سے بخار ہونے اور ملیریا کے لیے اکسیر ہے اسکا استعمال بلغمی بخاروں میں بھی لاجواب اثر کرتا ہے۔

ورم تحلیل کرنے کے لیے: املتاس کی جڑ لیں۔ پیس کر ورم کی جگہ پر لیپ کریں۔ ورم تحلیل ہوجائے گا۔

رات کو نظر نہ آنا

(مرسلہ: حافظ عبدالحکیم۔۔۔فیصل آباد)

السلام علیکم ! جناب عالی آپ کے ماہنامہ عبقری میں فیصل آباد کی ایک بہن نے آپ سے شب کوری کے بارے میں نسخہ دریافت کیا اور آپ نے اس بہن کو جواب میں نسخہ تجویز فرمادیا ہے۔ خدا کرے آرام ہوجائے۔

بندہ بھی آپ کو اپنے تجربہ کی ایک چیز جو کہ کم خرچ بالانشین ہے، شب کوری کے لیے پیش کرتا ہے۔ آپ اس بہن کو لکھ دیں تاکہ وہ بہن اس سے نفع حاصل کرے اور دیگر قارئین بھی نفع حاصل کریں اور ناچیز کو اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں۔ آپ اس کو نسخہ کا نام دیں یا ٹوٹکا، جو بھی مناسب ہو تجویز کریں۔ بارہا کا تجربہ شدہ ہے۔ نسخہ یہ ہے بکرے کی بڑی کلیجی کے ساتھ ہی ایک چھوٹا سا حصہ کلیجی کا ہوتا ہے۔ جس کو چور کلیجی بھی کہا جاتا ہے، لیکر اس کی سات عدد بوٹیاں بنائیں اور انکو سیخ پر چڑھا کر انگیاروں پر سیک دیں۔ جب پانی نکلنا شروع ہوجائے تو وہ پانی سلائی سے لگا کر دونوں آنکھوں میں تین یا پانچ سلائیاں لگائیں اور یہ عمل تین دن کریں۔ رات کو سونے سے پہلے کریں۔ انشاء اللہ بفضل تعالیٰ مکمل شفا ہوگی۔ اور وہ بوٹیاں جو بھن گئی ہیں، نمک لگا کر کھالیں۔ اور اگر مزید اس کو مؤثر کرنا ہے تو۔ قرآن کریم کی سورہ قاف کی آیت نمبر ۲۲ **فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَاءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيْدٌ** سات دفعہ اول آخر تین تین دفعہ درود شریف پڑھ کر اس کلیجی پر پہلے پھونک دیں۔ انشاء اللہ شفا ہوگی۔ آپ بھی آزمائیں اور دعاؤں میں بندہ عاصی کو یاد رکھیں۔

عبرت والوں کے لیے تین نصیحتیں

(ابو لبیب شاذلی)

اگر غور اور توجہ کریں تو اور بہت کچھ مل سکتا ہے

سلف صالحین کی اپنے دوستوں کو تین نصیحتیں

۱۔۔۔۔۔ جو آدمی آخرت کے کاموں میں لگ جاتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے دنیا کے کاموں کی ذمہ داری لے لیتے ہیں۔

۲۔۔۔۔۔ جو شخص اپنے باطن کو صحیح کر لے اللہ اس کے ظاہر کو صحیح فرمادیتے ہیں۔

۳۔۔۔۔۔ جو اللہ تعالیٰ سے اپنا معاملہ صحیح کر لیتا ہے۔ اللہ اس کے اور مخلوق کے درمیان کے معاملات کو صحیح کردیتے ہیں، دنیا ذلیل ہو کر اس کے قدموں میں گرتی ہے۔

(معارف القرآن جلد ۴ صفحہ ۶۷۹)

۱۔۔۔۔۔ مَنْ عَمِلَ لِآخِرَتِهٖ كَفَاهُ اللّٰهُ اَمْرَ دُنْيَاهُ

۲۔۔۔۔۔ وَ مَنْ اَصْلَحَ سَرِيْرَتَهٗ اَصْلَحَ اللّٰهُ عَلَانِيَتَه

۳۔۔۔۔۔ وَمَنْ اَصْلَحَ فِيْمَا بَيْنَهٗ وَ بَيْنَ اللّٰهِ اَصْلَحَ اللّٰهُ مَا بَيْنَهٗ وَ بَيْنَ النَّاسِ

حضرت عمرؓ کا تقویٰ

حضرت ایاس بن سلمہؓ اپنے والد (حضرت سلمہؓ) سے نقل کرتے ہیں کہ انہوں نے کہا ایک مرتبہ حضرت عمر بن خطابؓ بازار سے گزرے۔ ان کے ہاتھ میں کوڑا بھی تھا، انہوں نے آہستہ سے وہ کوڑا مجھے مارا جو میرے کپڑے کے کنارے کو لگ گیا اور فرمایا، راستہ سے ہٹ جاؤ۔ جب اگلا سال آیا تو آپ کی مجھ سے ملاقات ہوئی، مجھ سے کہا اے سلمہ! کیا تمہارا حج کا ارادہ ہے؟ میں نے کہا جی ہاں، پھر میرا ہاتھ پکڑ کر اپنے گھر لے گئے اور مجھے چھ سو درہم دیئے اور کہا انہیں اپنے سفر حج میں کام لے آنا اور یہ اس ہلکے سے کوڑے کے بدلہ میں ہیں جو میں نے تم کو مارا تھا۔ میں نے کہا کہ اے امیر المومنین! مجھے تو وہ کوڑا یاد بھی نہیں رہا۔ فرمایا لیکن میں تو اسے نہیں بھولا۔ یعنی میں نے مار تو دیا لیکن سارا سال کھٹکتا رہا۔ (حیاۃ الصحابہ جلد ۲ صفحہ ۱۲۵)

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

حضرت ابراہیم بن ادہمؒ

کسی شخص کو بھی بلند مرتبہ، نماز، روزے، حج اور جہاد سے نہیں ملا۔ بلندی اسے حاصل ہوئی ہے اور کامیابی اسے ہی ملی جس نے اپنی روزی کو پاک رکھا اور یہ سمجھ لیا کہ وہ کیا کھاتا ہے

(مرسلہ: عقیل احمد، احمد پور شرقیہ)

دل کی دنیا بدل گئی :- حضرت ابراہیم بن ادہم فرمانروائے بلخ تھے اور بڑے شکوہ وجلال کے ساتھ سلطنت کرتے تھے۔ ایک روز دربار عالم میں ایک شخص دیوانہ وار چلا آیا۔ تمام اعیان حکومت، ارکان سلطنت اور خدام میں سے کسی کو جرأت نہ ہوئی، جو اُسے روکے۔ اس کے چہرے سے ہیبت طاری تھی۔ تخت کے قریب آکر کھڑا ہو گیا تو آپ نے پوچھا تو کون ہے اور کس غرض سے دربار میں آیا ہے؟ بولا سرائے میں ٹھہرنا چاہتا ہوں۔ فرمایا یہ تو محل ہے۔ بولا اس سے پہلے اس میں کون رہتا تھا فرمایا میرا باپ۔ وہ بولا ان سے پہلے، کہا میرے دادا! اسی طرح وہ برابر سوال کرتا رہا اور آپ نام بتاتے رہے۔ بولا پھر یہ سرائے نہیں تو اور کیا ہے کہ ایک آتا ہے اور ایک جاتا ہے۔ یہ کہہ کر وہ باہر نکل گیا۔ آپ تخت سے اُٹھ کر پیچھے گئے اور جاکر پوچھا یہ فرمائیے کہ آپ کون بزرگ ہیں؟ جواب تھا خضر علیہ السلام! یہ سنتے ہی آپ کے دل میں آگ لگ گئی۔ اس کے بعد آپ گھوڑے پر سوار ہوکر جنگل کی طرف چل پڑے۔ دل میں ایک آگ لگی ہوئی تھی۔ برابر غیبی صدائیں سنتے چلے جارہے تھے۔ ہرن۔ گھوڑا۔ زین پوش۔ جدھر دیکھتے یہ صدا سنتے کہ ابراہیمؒ تو اس کام کے لیے پیدا نہیں ہوا۔ بیدار ہو، سنبھل۔ رقت طاری ہوئی، دل ٹوٹا، اتنے روئے کہ کپڑے تر ہو گئے۔ اب دیکھتے ہیں تو یک زقند حدناسوت طے کرکے عالم ملکوت میں تھے۔ توبہ ورقت کے ساتھ ہی حجاب اٹھنے شروع ہو گئے۔ تمام عالم ملکوت نگاہوں کے سامنے تھے۔ اس سلطنت کے مشاہدے نے دنیوی سلطنت کا خواب بھلا دیا۔

دنیائے عرفان کی تجلیات کی ایک جھلک میں وہ سرشاریاں ہیں کہ دنیا کی تمام لذات بحیثیت مجموعی بھی ان کے مقابلہ میں نہیں ٹھہر سکتیں۔ آپ نے اپنا قیمتی لباس اور تاج ایک چرواہے کے لباس سے بدل لیا اور جنگلوں اور وادیوں میں گھومنے لگے۔ اپنے گزشتہ گناہوں کو یاد کرکے روتے اور ادھر ادھر دوڑتے پھرتے۔ عجیب حالت طاری تھی۔ دنیا اور دنیا والوں سے بے راز تھے۔

ارشادات عالیہ :- فرمایا جس کا دل تین مواقع پر حاضر ورجوع نہ ہو، اسے سمجھ لینا چاہئے کہ اس پر دروازے بند ہو چکے ہیں۔ اولاً نماز کی حالت میں۔ ثانیاً تلاوت کلام اللہ کے وقت۔ ثالثاً ذکر وشغل کے عالم میں۔۔۔ فرمایا کہ تین حجابوں کے اُٹھ جانے سے مالک کے دل کے دروازے کھل جاتے۔ اول دو عالم کی سلطنت لیکر بھی اظہار مسرت نہ کرے۔ دوسرے اگر اس سے سب کچھ چھن جائے تو غمگین نہ ہو۔ تیسرے کسی قسم کی عطا وتعریف پر فریفتہ نہ ہو۔ کیوں کہ مسرور ہونے سے اس کا حریص ہونا۔ غمگین ہونے سے غصہ اور کمین ہونا اور تعریف پر فریفتگی سے پست ہمتی، ثابت ہوتی ہے۔ ایک شخص سے فرمایا جماعت اولیاء میں شمولیت کی آرزو ہے تو دنیا وآخرت کی بال برابر بھی پراہ نہ کرو۔ اور خدا کے سوا کسی کا خیال دل میں نہ آنے دے اور عبادت میں مصروف رہے اور روزی حلال رکھے۔ فرمایا خواہ رات بھر نماز پڑھنے اور دن بھر روزہ رکھنے کی توفیق نہ ہو مگر جو کھائے وہ حلال روزی سے پیدا کیا ہوا ہو۔ کسی شخص کو بھی بلند مرتبہ، نماز، روزے، حج اور جہاد سے نہیں ملا۔ بلندی اسے حاصل ہوئی ہے اور کامیابی اسے ہی ملی جس نے اپنی روزی کو پاک رکھا اور یہ سمجھ لیا کہ وہ کیا کھاتا ہے۔ حرام لقمہ سے نہ دعا قبول ہوتی ہے اور نہ اطاعت وعبادت میں ذوق شوق پیدا ہوتا ہے۔ یہ کتنی اہم تعلیم ہے اور آپ روزی حلال پر کتنا زور دے رہے ہیں۔ مسلمانوں کو اسے ہر وقت پیش نظر رکھنا چاہیے۔

افضل عبادت: آپ نے خود زندگی بھر گھاس اور لکڑیاں فروخت کرکے اپنی روزی پیدا کی۔ اورنگ زیبؒ اور سلطان ناصر الدین محمود جلیل القدر بادشاہ ہونے کے باوجود اس لیے اپنی روزی محنت سے پیدا کیا کرتے تھے اور رسول ﷺ نے بھی اسے ''افضل الجہاد'' افضل العبادت فرمایا اور بتایا ہے۔ ایک عیال دار آدمی کو دن بھر کی محنت اور تگ ودو کے باوجود کچھ بھی نہ ملا۔ شام کو نہایت فکر مند اور غمگین چلا جارہا تھا۔ آپ کو بیٹھے دیکھ کر بولا ابراہیم مجھے آپ کے اس اطمینان پر رشک آتا ہے۔ آپ فارغ بیٹھے ہیں اور میں متفکر ہوں۔ فرمایا میں نے اپنی تمام عبادات وخیرات تجھے بخشیں۔ تم ان لمحوں کا غم مجھے دے دو۔ اس سے بھی واضح ہوتا ہے کہ اہل عیال کے لیے ''حلال روزی کا غم'' عبادات مقبولہ سے بھی بہتر ہے گویا یہ افضل العبادات کی شرح ہے۔

لوگوں نے پوچھا: دل پر اللہ کی طرف سے حجابات کیوں طاری ہیں فرمایا وجہ یہ ہے کہ لوگ ان چیزوں کو دوست رکھتے ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ پسند نہیں کرتا ''لہو ولعب دنیوی میں مبتلا ہیں اور آخرت کو بھولے ہوئے ہیں، اسی طرح لوگ اُس زندگی اور اُس لذت سے محروم ہیں جو غیر فانی ہے۔

فرمایا جب تک تو اپنی بیوی کو بیوہ، بچوں کو یتیم نہ سمجھے اور خاک پر کتوں کی طرح نہ سوئے اس وقت تک مردوں کی صف میں بیٹھنے کی آرزو نہ کر۔ اس کی روزی کھا کر اس کی نافرمانی نہ کر۔

یہ ایک عاشق ربانی کی تعلیمات کا ایک اجمالی خاکہ ہے اسے آنکھیں کھول کر پڑھیے۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک) لڑائی شروع ہونے سے قبل قریش مکہ کی فوج کے آدمی اس حوض پر پانی پینے آئے۔ صحابہ کرامؓ نے انہیں پانی لینے سے روکنا چاہا۔ جنگی حکمت عملی کا تقاضہ یہی تھا کہ انہیں پانی نہ لینے دیا جاتا اور دشمن پر ہر قسم کی خوراک کی بندش کردی جاتی لیکن حضور ﷺ نے فرمایا: ''انہیں پانی لینے اور پینے سے منع نہ کرو'' کیا دنیا ایسی مثال پیش کرسکتی ہے؟

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

چہرہ بدنما لگتا ہے

میری عمر سولہ سال ہے۔ایف اے میں پڑھتی ہوں۔ چکنی اشیائیں نہیں کھاتی پھر بھی میری جلد چکنی ہے خصوصاً ناک۔ اس کے سیاہ داغ کسی طرح نہیں جاتے۔جس کے باعث چہرہ بدنما لگتا ہے۔میری امی کہتی ہیں،کسی طرح اپنا چہرہ ٹھیک کرو تاکہ جو رشتہ آئے وہ تمہیں پسند کرے۔میں پانچوں وقت کی نمازی ہوں۔خدارا میری مدد کریں۔اللہ آپ کو اس کا اجر دے گا۔ (آمنہ فاروق۔نواب شاہ)

☆ بی بی! پریشان مت ہوں۔اس عمر میں جلد عموماً چکنی ہو جاتی ہے۔آپ بازار کے صابن اور کریمیں لگانی چھوڑ دیں۔ چنے کی دال کا بیسن پیالی میں بھر کر رکھیے۔صبح و شام بیسن چہرے پر لگا کر منہ دھوئیے۔تھوڑا سا ہتھیلی پر رکھیے اور پانی لگائیے۔خشک ہونے پر منہ دھو لیجئے۔جَو کے آٹے میں تھوڑا سا دودھ ملائیے۔اس آمیزے میں چٹکی بھر ہلدی اور چھ سات قطرے لیموں کا رس ملا کر چہرے اور ناک پر اچھی طرح ملیے۔چہرے کی رنگت صاف ہوگی۔آدھی آدھی پیالی مسور اور چنے کی دال پیس کر ملا لیں۔اس آمیزے میں ایک چمچ ہلدی اور کنو یا مالٹے کے چھلکوں کے سفوف کا ایک چمچ ملائیے۔چندن مل جائے تو وہ بھی آدھا چمچہ ملا لیجئے۔اب شیشے کے پیالے میں آمیزے کا ایک چمچ ڈال کر تھوڑا سا پانی ملائیے پھر لیموں کے رس سات قطرے ملا کر رکھ دیجئے۔تھوڑی دیر بعد چہرے پر لگائیے اور ابٹن کی طرح خوب ملیے۔پھر سادہ پانی سے منہ دھو لیجئے۔

پودینے کے گیارہ پتے ایک پیالی میں چائے کی طرح پکا کر ٹھنڈا کر کے روزانہ پی لیجئے۔اس نسخے سے بھی چہرے کا رنگ صاف ہوگا۔گھیکوار کا لیپ کرنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔داغ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔مگر آپ یہ نسخے کم از کم دو ماہ استعمال کیجئے۔دو چار دن میں فائدہ نہیں ہوتا۔

گوہانجنی کا ٹوٹکہ

بیگم ناہید اختر نارووال سے گوہانجنی کا ٹوٹکہ پوچھتی ہیں۔ اس سلسلے میں ماہنامہ عبقری کے قاری نذیر احمد نے ایک ٹوٹکہ بھیجا ہے۔جس آنکھ میں گوہانجنی ہو،اس کے دوسری سمت والے پاؤں کے انگوٹھے کی برابر کی انگلی میں،پاؤں کی طرف ایک دھاگا اس طرح باندھیے کہ معمولی چبھن ہو۔تین گھنٹے بعد گوہانجنی کی تکلیف ختم ہو جائے گی۔اگلے روز قینچی کی نوک سے دھاگہ نکال دیں۔دو چار بار ایسا کرنے سے ہمیشہ کے لیے تکلیف دور ہو جائے گی۔دو تین لڑکیوں نے بھی یہ ٹوٹکہ بھجوایا ہے مگر انھوں نے انگوٹھے کے نچلے حصہ میں دھاگا باندھنے کو کہا ہے۔

دراصل ہمارے جسم میں توانائی کی کچھ خاص لہریں ہیں جو مخصوص راستوں سے گزرتی ہیں۔ہمارے ہاتھ کی ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلوں میں پورے جسم کا نظام پنہاں ہے۔اس موضوع پر کتابیں بھی ہیں۔یہ علم بہت قدیم ہے۔ پرانے زمانے میں بھی مالشیے پاؤں اور پنڈلیوں پر خاص دباؤ دے کر درد ختم کر دیتے تھے۔ایک بار ہماری ایک عزیزہ کا آپریشن ہوا،دو دن بعد پیٹ پھولنے لگا۔بڑی سخت تکلیف تھی۔پیٹ میں ہوا بھر رہی تھی۔ایک بوڑھی عورت کسی مریض کو دیکھنے آئی۔اس نے جب ہماری پریشانی دیکھی تو کمرے میں آ گئی۔پیٹ اور رانوں کے درمیان جوڑوں میں اس نے کوئی رگ تلاش کی اور انگوٹھا رکھ کر اس پر دباؤ ڈالا۔ہم سب حیران تھے۔جلد ہی پیٹ آہستہ آہستہ کم ہونے لگا اور پانچ منٹ میں ٹھیک ہو گیا۔اس عورت نے بتایا کہ جسم میں کئی ایسی رگیں ہیں جنہیں دبانے سے آرام آ جاتا ہے۔اس سے بہت پوچھا کہ وہ کون کون سی رگیں ہیں مگر اس نے نہیں بتائیں۔اب سائنسی دور میں اسے پریشر (دباؤ) تکنیک،کا نام دے کر علاج کیا جا رہا اور یہ باقاعدہ علم ہے۔

کان کی تکلیف

سعدیہ لاہور سے لکھتی ہیں ''میری والدہ کی سہیلی کو کان میں شدید تکلیف تھی۔ڈاکٹر نے آپریشن کروانے کو کہا۔مگر میری امی نے انہیں نہار منہ پانی کے ساتھ چند جوئے لہسن کھانے کو کہا۔کچھ ہی دنوں میں ان کی کان کی تکلیف دور ہو گئی اور جسم میں جس جس جگہ درد تھا،وہ بھی غائب ہو گیا۔

حافظہ ساتھ نہیں دیتا

عائشہ بی بی بہاولپور سے لکھتی ہیں ''میرے منہ پر دانے نکل رہے ہیں،ان کا کوئی حل بتائیے۔دوسری بات یہ ہے کہ میں رٹا لگاتی ہوں تو کچھ عرصے کے بعد سبق بھول جاتی ہوں۔میرا ذہن کام نہیں کرتا۔حافظہ بڑھانے کے لیے کوئی نسخہ بتائیے۔

عائشہ بی بی! آپ چہرہ اچھی طرح صاف کر کے گھیکوار کا گودا صبح شام لگائیے۔ہمدرد دواخانہ سے شربت عشبہ خاص اور معجون مصفی خون خرید لیجئے۔صبح شام دو چمچے شربت پانی میں ملا کر پیجئے اور آدھی چمچی معجون بھی ساتھ کھائیے۔انشاء اللہ افاقہ ہوگا۔حافظہ کے لیے آپ بادام کے گیارہ دانے اور ایک چمچہ کشمش رات کو آدھا گلاس پانی میں بھگوئیے۔صبح نماز پڑھ کر بادام چھیل کر کھا لیجئے کشمش بھی کھائیے۔پھر پانی بھی پی لیجئے۔اس کے بعد ایک گلاس دودھ پی لیں۔اس سے آپ کے حافظے کو تقویت ملے گی۔

لوگوں سے ڈر لگتا ہے

امریکہ سے ن۔احمد کا خط آیا ہے۔بہت پریشان ہیں۔میک اپ کرتی ہیں تو انہیں ڈر رہتا ہے کہ کوئی ان کو برا بھلا نہ کہہ دے۔فون اٹھائیں تو سوچتی ہیں کوئی مرد نہ ہو۔شک اور وہم نے ان کی زندگی میں دراڑیں ڈال دی ہیں۔بچے بھی ان کی عادتوں سے تنگ آ چکے ہیں۔انھوں نے اس سلسلے میں مدد مانگی ہے۔

محترمہ! آپ وہم کا شکار ہیں۔اسے اپنی خود اعتمادی سے شکست دیجئے۔زندگی ہمت اور حوصلہ سے گزارنی چاہیے۔ آپ کے ماشاء اللہ بچے بھی ہیں۔انکی ضروریات کا خیال رکھیے اور کوشش کریں کہ ہر وقت مصروف رہیں۔خالی ذہن شیطان کا گھر بن جاتا ہے۔

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی ٹوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے،آپ کے مشاہدے میں کسی پھل،سبزی،میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے،اخبار میں پڑھے ہوں،کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو،کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے،اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔انشاءاللہ۔آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھی بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

دل کی بیماری لاعلاج نہیں

مردوں کی نسبت عورتیں اس مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ ویسے آج کل عمر کی کوئی حد نہیں رہی۔ نوجوانوں بلکہ بچوں میں بھی اکثر یہ مرض دیکھا گیا ہے۔ (تحریر: حکیم طاہر عمر۔ خیر پور ٹامیوالی)

آزمودہ تراکیب اور زود اثر تجربات ضرور پڑھیں

آج کل امراض قلب کے بارے میں روزانہ ایسی خبریں سننے کو ملتی ہیں کہ فلاں شخص دل کا دورہ پڑنے سے چل بسا۔ فلاں اختلاج قلب اور خفقان قلب کا مریض ہے، فلاں کا دل بڑھ گیا ہے وغیرہ۔ طبی حلقوں کی طرف سے امراضِ قلب کو ختم کرنے کے لیے خصوصی توجہ دی جا رہی ہے۔ لیکن اس سب کوششوں کے باوجود، نتائج حسب منشاء برآمد نہیں ہو سکے۔ اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ امراضِ قلب کو جب تک بالاعضاء سمجھنے کی کوشش نہیں کی جائے گی اس وقت تک یہ مسئلہ تشنۂ تکمیل ہی رہے گا۔ دردِ دل کا طبی نام وجع القلب ہے۔ اکثر چالیس سال کی عمر کے بعد ہوا کرتا ہے۔ مردوں کی نسبت عورتیں اس مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ ویسے آج کل عمر کی کوئی حد نہیں رہی۔ نوجوانوں بلکہ بچوں میں بھی اکثر یہ مرض دیکھا گیا ہے۔

اسباب:۔ دردِ دل دراصل دل میں شریانوں میں سکیڑ وانقباض کی وجہ سے ہوتا ہے۔ کیمیاوی طور پر خون میں ترشی و تیزابیت اور خلطِ سودا کی زیادتی سے خون کے قوام میں گاڑھا پن پیدا ہو جاتا ہے۔ جو شریانوں میں آسانی گردش نہیں کر سکتا۔ ریاح کی کثرت، خون کا گاڑھا پن اور شریانوں کا سکیڑ ہی دردِ دل کا سب سے بڑا سبب ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ گوشت، انڈا، مچھلی اور ترش اشیاء کا کثرت سے استعمال، پیٹ میں ریاح قبض، نفخ، بدہضمی، شراب اور تمبا کو نوشی، نشہ آور اشیاء، مشروبات کا کثرتِ استعمال بھی دردِ دل کا سبب ہوتا ہے۔ نفسیاتی اسباب میں غصہ کا ہونا اور کیفیاتی اسباب میں خشکی سردی کا بڑھ جانا بھی دردِ دل کا سبب بنتا ہے۔

علامات:۔ دورہ مرض سے پہلے مریض پہلے قدرے بےچینی، پیٹ میں ریاح، گیس، قبض، بوجھ اور کوئی چیز اوپر چڑھتی ہوئی محسوس کرتا ہے۔ اس دوران اگر ریاح وغیرہ خارج ہو جائے تو آرام آ جاتا ہے۔ لیکن اگر ریاح و گیس وغیرہ کا اخراج نہ ہو تو قلب، چھاتی اور بائیں کندھے کے نیچے پسلیوں کے قریب سرسراہٹ سی محسوس کرتا ہے۔ کبھی وقفہ وقفہ سے سوئی کی چبھن جیسا درد ہوتا ہے۔ پھر دل یک دم زور زور سے دھڑکنے لگتا ہے۔ دل کی رفتار کبھی تیز اور کبھی سست ہو جاتی ہے۔ اس وقت اگر مناسب علاج میسر نہ آئے تو تکلیف بڑھ کر شدید درد شروع ہو جاتا ہے۔ کیونکہ دل کو دوران خون جاری رکھنے کے لیے بار بار حرکت کرنا پڑتی ہے۔ اس لئے درد، ٹیسوں کی صورت میں ہوتا ہے۔ دوران خون کے تسلسل میں رکاوٹ ہو کر پھیپھڑوں میں خون کم ہو جاتا ہے جس سے پھیپھڑوں کی حرکات کم ہو کر سخت دم کشی اور اختلاج قلب کی صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ شدید درد سے مریض کا رنگ فق ہو جاتا ہے اور بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔ جسم کی رنگت سیاہی مائل اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے پیدا ہو جاتے ہیں۔ نبض حرکت میں تیز ہو جاتی ہے۔ شدید درد اور سخت گھبراہٹ میں مریض انتقال کر جاتا ہے۔

اصول علاج:۔ دردِ دل کا علاج لکھنے سے پہلے اصولِ علاج پیش کرنا ضروری سمجھتا ہوں۔ واضح رہے کہ دردِ دل ہمیشہ دل میں تیزی، خون کے گاڑھا پن، خلط سودا کی زیادتی اور شریانوں میں سکیڑ وانقباض سے ہی ہوتا ہے۔ جس کا یقینی و بے خطاء علاج سکیڑ کا کھولنا ہے۔ شریانوں کے سکیڑ کو کھولنے کے لیے خلط صفراء (حرارت) کا بڑھانا ضروری ہوتا ہے۔ صفراء سے خون کا قوام پتلا ہو کر شریانوں کے سکیڑ کو کھول دیتا ہے۔ سکیڑ کھلتے ہی دوران خون درست ہو جاتا ہے۔ جو لوگ درد روکنے کے لیے مخدر و مسکن دوائیں دیتے ہیں، وہ مریض کو موت کے منہ میں دھکیل دیتے ہیں۔ جس سے اکثر نشہ کی حالت میں ہی مریض کا انتقال ہو جاتا ہے۔

دورہ کی حالت میں علاج

جب کسی شخص کے سینے، بائیں پستان، کندھے، بازو یا بائیں ٹانگ میں درد معلوم ہو اور پیٹ میں ریاح رکی ہوئی معلوم ہو تو معالج کے آنے سے پہلے مصنوعی ڈکار سے پیٹ کی ہوا خارج کرنے کی کوشش کریں۔ بائیں کندھے، پستان کے قریب سامنے سینے کی زور سے مالش کریں۔ اگر ممکن ہو تو مقامِ قلب پر ٹکور کریں جس سے درد کم ہو جائے گا۔ اندرونی طور پر صرف گرم پانی پلائیں۔ اگر قے وغیرہ ہو جائے تو گرم پانی میں اجوائن دیسی ابال کر شہد ملا کر پلا دیں۔ انشاء اللہ فوراً دردِ دل کو آرام آ جائے گا۔ جب دورہ ختم ہو جائے تو مستقل علاج کے لیے درج ذیل نسخہ جات استعمال کریں دوبارہ درد نہ ہوگا۔ انشاء اللہ۔

نسخہ جات:۔ (1) اجوائن دیسی 1 تولہ۔ لہسن 1 تولہ۔ آب لہسن 5 تولہ۔ اجوائن اور لہسن کو باریک پیس کر آب لہسن میں کھرل کر کے بڑے چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ 1 تا 2 گولی صبح، دوپہر، شام نیم گرم پانی کے ساتھ کھائیں۔ یہ نسخہ دردِ دل، دردِ گردہ کے لیے ایک انمول تحفہ ہے پتھری کو توڑ کر خارج کرتا ہے۔ خون کے قوام کو پتلا کرتا ہے۔ شریانوں کے سکیڑ کو کھولنے کے لیے اس سے بہتر کوئی اور دوا نہیں ہے۔

(2) سنا مکی، قلمی شورہ، ریوند خطائی برابر وزن لیکر باریک کریں اور بڑے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ 1 تا 2 گولی دن میں چار بار ہمراہ گرم پانی۔ یہ دردِ دل کے لیے نہایت مفید ہے۔ یہ ان مریضوں کے لیے بہت مفید ہے جنہیں قبض ہو اور پیشاب کم، جلن کے ساتھ آتا ہو۔

غذا:۔ صبح:۔ گاجر کا مربہ یا سیب کھا کر اوپر سونف اور چھوٹی الائچی کا قہوہ پی لیں۔ **دوپہر:** مولی، گاجر، شلغم، مونگرے، کدو، توری، ٹینڈے دیسی گھی میں پکا کر استعمال کریں۔ **شام:** دوپہر والا سالن کھالیں اوپر اجوائن دیسی کا قہوہ پی لیں۔

پرہیز: گوشت، انڈے، چاول، اچار، آلو، گوبھی، ٹماٹر، مچھلی، ترش اور ٹھنڈے مشروبات اور شراب نوشی، چائے کی کثرت استعمال اور کثرت مباشرت سے پرہیز لازمی ہے۔

احتیاطی تدابیر: دردِ دل کے دورہ سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ سادہ غذا کھائی جائے۔ غذا اس وقت کھائی جائے جب شدید بھوک لگی ہو، پیدل سیر، رات کو جلدی سونا، صبح جلدی اٹھنا فائدہ مند ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

جو شخص اپنے دوستوں کی ہر خطا پر عتاب کرے اس کے دشمن بہت ہوں گے۔ (بوعلی سینا)

اولیاء کے مستند وظائف وعملیات

امام الہند شاہ ولی اللہ محدث دہلویؒ

مریض کے کان میں ۷ مرتبہ اذان پڑھیں، اور سورۃ فاتحہ ومعوذتین تین تین بار، آیۃ الکرسی اور سورۃ طٰہٰ اور آخر میں سورہ حشر اور پوری سورۃ الصافات پڑھیں۔ آسیب جل کر خاک ہو جائے گا

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

غنا ظاہری وباطنی کے لیے:

﴿ یَا مُغْنِیُ ﴾ ۱۱سو مرتبہ اور سورۃ مزمل روزانہ ۴۰ مرتبہ پڑھیں، اور اگر ۴۰ مرتبہ نہ پڑھ سکیں تو ۱۱ مرتبہ پڑھنا لازمی ہے۔

کشائش ظاہری وباطنی:

کشائش ظاہری و باطنی کے لیے درود شریف کا ورد کبریت احمر کا درجہ رکھتا ہے۔

صحیح سلامت واپسی کے لیے:

اگر کوئی شخص غائب ہو اور آپ کی خواہش ہو کہ صحیح سلامت واپس آجائے یا بیمار صحت یاب ہو جائے، تو فجر کی سنت اور فرض کے درمیان ۴۱ مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھنا چاہیے۔ سیدنا جعفر صادقؒ سے منقول ہے کہ اگر ایک گلاس پانی پر ۴۰ مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے بخار کے مریض کے منہ پر چھینٹا دیں، اور مریض کو پلائیں، اللہ تعالیٰ صحت یاب کرے گا۔

باؤلے کتے کا علاج:

اگر کسی شخص کو باؤلے کتے نے کاٹ لیا ہو، تو اس آیت کو روٹی کے ۴۰ ٹکڑوں پر لکھیں، اور ایک ٹکڑا روزانہ کھلائیں۔ آیت یہ ہے:

﴿اِنَّھُمْ یَکِیْدُوْنَ کَیْدًا وَّاَکِیْدُ کَیْدًا o فَمَھِّلِ الْکَافِرِیْنَ اَمْھِلْھُمْ رُوَیْدًا﴾ (سورۃ الطارق، پارہ نمبر 30)

بچوں کو نظر بد اور ہر بیماری سے حفاظت کے لیے:

یہ دعا لکھ کر بچے کے گلے میں ڈالیں۔ ﴿ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o اَعُوْذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ کُلِّ شَیْطَانٍ وَّھَامَّۃٍ وَّ عَیْنٍ لَامَّۃٍ تَحَصَّنْتُ بِحِصْنِ اَلْفِ اَلْفِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ ﴾

ہر آفت سے محفوظ رہنے کے لیے:

یہ دعا صبح وشام پڑھا کریں۔ ﴿ بِسْمِ اللّٰہِ اَنْتَ رَبِّیْ لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ عَلَیْکَ تَوَکَّلْتُ وَاَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ o مَاشَآءَ اللّٰہُ کَانَ وَمَا لَمْ یَشَأْ لَمْ یَکُنْ اَشْھَدُ اَنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وَّ اَنَّ اللّٰہَ قَدْ اَحَاطَ بِکُلِّ شَیْءٍ عِلْمًا وَّ اَحْصٰی کُلَّ شَیْءٍ عَدَدًا o اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ نَفْسِیْ وَ مِنْ شَرِّ کُلِّ دَآبَّۃٍ اَنْتَ اٰخِذٌ بِنَاصِیَتِھَا اِنَّ رَبِّیْ عَلٰی صِرَاطٍ مُّسْتَقِیْمٍ وَاَنْتَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ حَفِیْظٌ o (اِنَّ وَلِیِّ یَ اللّٰہُ الَّذِیْ نَزَّلَ الْکِتَابَ وَ ھُوَ یَتَوَلَّی الصّٰلِحِیْنَ o سورۃ اعراف آیت نمبر 196) فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَ ھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ (سورۃ توبہ آیت نمبر 129)

آیات شفاء: مختلف سورتوں (سورۃ توبہ، یونس، نحل، بنی اسرائیل، الشعراء، حم السجدۃ) سے لی گئی یہ قرآنی آیتیں چینی کے برتن میں لکھ کر پانی سے دھو کر مریض کو پلائیں۔

﴿ وَیَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِیْنَ o وَشِفَآءٌ لِّمَا فِی الصُّدُوْرِ o یَخْرُجُ مِنْ بُطُوْنِھَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُہٗ فِیْہِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ o وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا ھُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَۃٌ لِّلْمُؤْمِنِیْنَ o وَاِذَا مَرِضْتُ فَھُوَ یَشْفِیْنِ o قُلْ ھُوَ لِلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا ھُدًی وَّ شِفَآءٌ ﴾

چیچک کا علاج:

نیلی ڈور لیکر اس پر سورۃ الرحمٰن پڑھیں اور ہر ﴿ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴾ پر گرہ لگا کر، پھونک ماریں، اور بچے کے گلے میں باندھیں۔ اس سورۃ کی برکت سے اللہ تعالیٰ مریض کو شفا عطا فرمائے گا۔

اسمائے اصحاب کہف:

ان اسماء کی برکت سے انسان اور مال غرق ہونے، آگ میں جلنے اور لوٹ مار وچوری سے محفوظ رہتا ہے:

(اِلٰھِیْ بِحُرْمَۃِ یملیخا بکسلمینا، کشفوطط، کشا فطیو س، اذر فطیونس، یوانس بو س، وکلبھم قطمیر) (وَعَلَی اللّٰہِ قَصْدُ السَّبِیْلِ وَ مِنْھَا جَآئِرٌ (سورۃ نحل آیت نمبر 9) فَاللّٰہُ خَیْرٌ حَافِظًا وَّ ھُوَ اَرْحَمُ الرَّاحِمِیْنَ (سورۃ یوسف آیت نمبر 64)

حاجت پوری ہو جائے گی:

﴿ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ ﴾ ۱۲۰۰ مرتبہ پڑھا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ حاجت پوری ہو جائے گی۔

عمل آسیب زدہ:

جس شخص پر آسیب ہو، اس کے بائیں کان میں ﴿ وَلَقَدْ فَتَنَّا سُلَیْمٰنَ وَاَلْقَیْنَا عَلٰی کُرْسِیِّہٖ جَسَدًا ثُمَّ اَنَابَ سورہ ص آیت نمبر 34 ﴾ ۷ بار پڑھ کر دم کریں۔

آسیب کو جلانے کا عمل:

مریض کے کان میں ۷ مرتبہ اذان پڑھیں، اور سورۃ فاتحہ ومعوذتین تین تین بار، آیۃ الکرسی اور سورۃ طٰہٰ اور آخر میں سورہ حشر اور پوری سورۃ الصافات پڑھیں۔ آسیب جل کر خاک ہو جائے گا

آسیب زدہ کو ہوش میں لانے کے لیے:

پانی پر سورۃ فاتحہ، آیت الکرسی اور سورۃ جن کی پانچ شروع کی آیتیں پڑھ کر، مریض کے منہ پر چھینٹے ماریں۔ اور اگر کسی مکان میں جن کا شبہ ہو، تو مکان کے چاروں کونوں میں یہ پڑھا ہوا پانی ڈال دیں۔ جن فوراً بھاگ جائے گا۔

(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج)

پوری دلچسپی اور توجہ سے اپنے فرائض انجام دیجئے اور فارغ اوقات میں مستقبل کے لیے جدوجہد کرتے رہیے۔ یہ ضروری نہیں کہ آپ تجارت ہی کو اپنی کامیابی سمجھیں، ممکن ہے کہ آپ ملازمت ہی کے لیے زیادہ موزوں ہوں اور اسی میں ترقی کر سکتے ہوں۔ سماجی بہبود کے کاموں کے لیے بھی تجارت ہی ضروری نہیں ہے۔ سماجی خدمت ہر طریقے سے اور ہر دائرے میں کی جا سکتی ہے اور وہ آپ ضرور کرتے رہیے۔ ذہنی بے چینی دور کرنے اور روحانی سکون کے لیے سماجی خدمت اور بے لوث کاموں سے بہتر کوئی طریقہ نہیں۔

بچے کا سر چپٹا کیوں ہوتا ہے؟

جب بچہ عرصہ دراز تک ایک ہی رخ پر لیٹا رہے تو اس کے سر میں عام چپٹا پن پیدا ہوتا ہے۔ چپٹا پن، اگر زیادہ ہو تو والدین ضرور اچھے معالج سے رابطہ کریں

تحریر: ڈاکٹر عمران معراج

دس انگلیاں، دو کان، ایک چھوٹی سی میٹھی مسکراہٹ لیکن چپٹا سر؟ ماں باپ اپنے بچے کو ہر لحاظ سے مکمل دیکھنا چاہتے ہیں، اسی لیے جب وہ اپنے بچے کے سر کی بناوٹ میں کوئی بے قاعدگی دیکھتے ہیں، تو فطرتاً پریشان ہو جاتے ہیں۔ جدید تحقیق کے مطابق جو بچہ کمر کے بل سوتا ہے اس کے سر پر چپٹے حصے نمودار ہو جاتے ہیں۔ اس تحقیق نے والدین کو پریشان کر دیا ہے۔ دنیا میں 80 فی صد بچے کمر کے بل سوتے ہیں۔ امراض اطفال کے ماہرین کہتے ہیں، ''بچے کو کمر کے بل سلانا اس کی جان بچانا ہے کیوں کہ اس سے بچہ کئی بیماریوں خصوصاً اچانک مرگ طفلاں روگ (Sudden infant death syndrome) سے محفوظ رہتا ہے۔ لیکن چونکہ والدین اپنے بچوں کو صرف کمر کے بل سلانے لگے ہیں اور پیٹ کے بل بہت کم یا بالکل نہیں سلاتے، اس لیے کئی بچے ایک مخصوص حالت پوزیشنل پلاگیوسیفلی (Positional plagiocephaly) کا شکار ہو رہے ہیں۔ بچہ جب ایک ہی رخ پر طویل عرصے تک لیٹا رہتا ہے تو اس کا نازک سر چپٹا یا بدوضع ہو جاتا ہے۔ تاہم والدین کو کہنا ہے کہ بچے کے سر پر معمولی چپٹا حصہ دیکھ کر والدین پریشان نہ ہوں کیونکہ پیٹ کے بل سونے والا بچہ کئی خطرات کا شکار ہو سکتا ہے۔ والدین کے لیے خوش خبری یہ ہے کہ سر پر چپٹے حصے عارضی ہوتے ہیں اور وقت کے ساتھ ساتھ ختم ہو جاتے ہیں۔ امریکہ کی ایک ممتاز ماہر امراض اطفال، ڈاکٹر کیتھرین برگ کہتی ہیں ''سر کا چپٹا پن برداشت کر لینا چاہیے دوسری صورت میں والدین اپنا بچہ کھو سکتے ہیں۔ پوزیشنل پلاگیوسیفلی ایک غیر مضر حالت ہے اور وہ بچے کی صحت یا نشوونما پر اثر انداز نہیں ہوتی۔ چپٹے حصے عموماً تین، چار ماہ کی عمر کے بچوں میں جنم لیتے ہیں جب بچے کم سرگرم ہوتے ہیں۔ بعد میں جب بچے ہلتے جلتے ہیں تو عام طور پر چپٹے حصے ختم ہو جاتے ہیں۔''

لیکن ڈاکٹر کیتھرین کا کہنا ہے کہ کیا ب کیسوں میں بدہیئت سر خطرے کا پیغام بھی بن سکتا ہے۔ جب سر کے پچھلے حصے میں مخفی سیون (سر کی کھوپڑی کی ہڈیوں کی سیون) بہت جلد گل جاتی ہے تو ایک پیدائشی مرض لمبڈوئیڈ سائنو سٹوسیس (Lamboid synostosis) جنم لیتا ہے۔ یہ مرض سرجری کے ذریعے ٹھیک کروا لیا جائے ورنہ سر مزید بدشکل ہو سکتا ہے۔ سر میں چپٹے حصے ایک اور پیدائشی مرض، التواء العنق (Torticollis) سے بھی جنم لیتے ہیں جس میں بچے کی گردن کے عضلات کھنچ جاتے ہیں، یوں بچے کا سر ایک طرف کھنچ جاتا ہے۔ جب بچہ عرصہ دراز تک ایک ہی رخ پر لیٹا رہے تو اس کے سر میں عام چپٹا پن پیدا ہوتا ہے۔ چپٹا پن، اگر زیادہ ہو تو والدین ضرور اچھے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

لیکن صرف کمر کے بل سونے ہی سے عام چپٹا پن پیدا نہیں ہوتا۔ وضع حمل کے دوران کسی پیچیدگی سے بھی بچے کا سر عارضی طور پر چپٹا ہو سکتا ہے۔ یا کثیر بچوں کی صورت میں رحم میں جگہ تنگ ہونے سے بھی یہ صورت پیدا ہو سکتی ہے ماہرین اب تسلیم کر چکے ہیں کہ کمر کے بل سونے سے چپٹا پن جنم لیتا ہے۔ سر خوبصورت اور گول رکھنے کے سلسلے میں درج ذیل مشوروں پر عمل کریں۔

1- سب سے پہلے والدین یہ خیال رکھیں کہ بچہ زیادہ دیر تک ایک ہی رخ نہ لیٹے۔

ڈاکٹر کیتھرین کہتی ہیں ''اکثر بچے ایک رخ پر سونا زیادہ پسند کرتے ہیں۔ والدین کوشش کریں کہ نیند کے دوران ان کی سمت بدل دیں۔ اگر بچہ جاگا ہوا ہے تب بھی زیادہ عرصہ اسے ایک ہی رخ پر نہ لٹائیں۔ چند بچے خاصی دیر تک پر کشش چیزوں، انوکھی آواز یا روشنی دیکھتے رہتے ہیں۔ بچے کی توجہ ہٹائیں تاکہ وہ اپنا رخ بدل لے۔''

2- دوسرے یہ کہ والدین کافی دیر بچے کو پیٹ کے بل لٹائیں۔ لیکن ضروری ہے کہ جب بچہ ہوشیار اور چاک و چوبند ہو تب ہی اسے پیٹ کے بل لٹائیں اور ماں باپ میں سے کوئی ایک قریب رہے۔ پیٹ کے بل لٹانے سے نہ صرف سر کے چپٹے حصے ختم ہو جاتے ہیں۔ بلکہ بچے کی نشوونما میں اضافہ ہوتا ہے۔ پیٹ کے بل لیٹ کر بچہ کندھوں، بازوؤں اور بالائی جسم کی ورزش کے مواقع حاصل کرتا ہے۔

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

اس ماہ کی روحانی محفل 25 تاریخ کو پیر کے دن ہے۔ (غسل یا وضو کرنے کے بعد) دوپہر 12:21 سے لیکر سہ پہر 03:46 کے درمیان کسی بھی وقت **یَا عَزِیْزُ، یَا غَالِبُ، یَا فَاتِحُ** بلاتعداد 40 منٹ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ ٹھیک 40 منٹ کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) قارئین! یہ ماہانہ ورد انفرادی طور پر فقیر عرصہ دراز سے لوگوں کو بتا رہا ہے۔ قارئین کے اصرار پر اب یہ سلسلہ رسالے میں شائع ہوا کرے گا۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے۔ آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(فقیر محمد طارق محمود عفی اللہ عنہ)

اپنے نفس کو فتح کرنا سب سے بڑی فتح ہے۔ (افلاطون)

ڈاکو یا سسرالی

قانون نہ ان چوروں کو پکڑ سکا جو خون پسینے کی کمائی سے بنایا ہوا جہیز لے گئے تھے، نہ قانون ان حریص لوگوں کا کچھ بگاڑ سکتا ہے جو جہیز کے بغیر کسی کی بیٹی کو قبول نہیں کرتے

کوئی نئی بات نہیں:۔

آج سے پانچ برس پہلے کی بات ہے ایک گھر میں چوری کی واردات ہوئی۔ اگلے روز اخبار میں چھوٹی سی خبر آئی۔ ہفتہ دس دن پولیس نے تفتیش کے بہانے گھر والوں سے کھانا کھایا اور بس...... ختم کہانی ہوگئی۔ ایسی کہانیاں اسی طرح ختم ہوجایا کرتی ہیں لیکن چوری کی اس کہانی کے بعد ایک کہانی اور شروع ہوتی ہے جو جلدی ختم نہیں ہوسکتی یا ہوسکتا ہے کبھی ختم نہ ہو۔

یہ گھرانہ جس میں چوری ہوئی، میاں، بیوی، ایک بیٹے اور بیٹی پر مشتمل ہے۔ میاں ایک ادنیٰ درجے کا ملازم تھا۔ یہ لوگ ان لوگوں میں سے ہیں جو شاید بیٹی کی پیدائش کے ساتھ ہی جہیز بنانا شروع کردیتے ہیں۔ ان لوگوں نے بھی اسی طرح بیٹی کے لیے جہیز بنایا تھا۔ شادی کے لیے قرضہ بھی لیا اور شادی کی تاریخ بھی مقرر ہوگئی تھی۔

ایک رات ان کا بیٹا کمرے میں بیٹھا پڑھ رہا تھا۔ کمرے کا ایک دروازہ گلی کی طرف کھلتا تھا جو اس وقت کھلا ہوا تھا۔ ماں نے لڑکے کو کسی کام سے آواز دی۔ وہ صحن میں گیا اور واپس آگیا۔ اس کے بعد وہ بیٹھا پڑھتا رہا۔ رات زیادہ ہوئی تو اس نے دروازہ اندر سے بند کرلیا۔ رات کے دو بجے کے قریب اس کمرے کے صوفے کے پیچھے سے ایک آدمی ہاتھ میں پستول لیے ہوئے نکلا اور لڑکے کو دروازہ کھولنے کے لیے کہا۔ لڑکے کا دہشت سے برا حال تھا۔ اس نے کانپتے ہاتھوں سے دروازہ کھولا اور تین چور اور اندر آگئے۔ انہوں نے سب گھر والوں کو جگایا اور ایک جگہ اکٹھا کرلیا۔ لڑکے کی ماں سے چابیاں لیں اور سارا جہیز مع گھر کے قیمتی سامان، زیور اور پیسے کے، ساتھ لے گئے۔

اس کے بعد لڑکے والوں نے شادی یہ کہہ کر ملتوی کردی کہ آپ کا سامان مل جائے تو شادی کی تاریخ پھر رکھ لی جائے گی۔ آج پانچ سال گزر گئے ہیں نہ سامان ملا، نہ شادی ہوئی اور نہ ہی پھر سامان بن سکا۔ لڑکے والوں نے کہیں اور لڑکا بیاہ لیا اور جہیز حاصل کرلیا۔ لڑکی کا باپ ریٹائرڈ ہوگیا اور بھائی (بی۔ اے) کرکے نوکری کی تلاش کرنے کا کام کررہا ہے۔

اس ساری کہانی میں کوئی نئی بات نہیں۔ سوائے ایک بات کے کہ ان چار افراد کی بربادی کے ذمہ دار وہ چور نہیں بلکہ وہ باعزت لٹیرے بھی ہیں جو جہیز کے نام پر ان کو لوٹنا چاہتے تھے اور جب ان سے پہلے دوسرے چور یہ جہیز لوٹ کرلے گئے، تو وہ بھی دوڑ گئے۔ قانون نہ ان چوروں کو پکڑ سکا جو خون پسینے کی کمائی سے بنایا ہوا جہیز لے گئے تھے، نہ قانون ان حریص لوگوں کا کچھ بگاڑ سکتا ہے جو جہیز کے بغیر کسی کی بیٹی کو قبول نہیں کرتے۔

(بقیہ: مٹھاس کا اضافہ)

یہاں اس آدمی کو باعزت جگہ ملتی ہے۔ جو لوگوں کے ''دودھ'' میں اپنی طرف سے ''مٹھاس'' کا اضافہ کرے۔ اس کے برعکس جن لوگوں کے پاس دوسروں کو دینے کے لیے صرف کڑواپن ہو، انھیں بھی اس دنیا میں وہی چیز ملتی ہے جو انھوں نے دوسروں کو دی ہے۔ اگر آپ کچھ پانا چاہتے ہیں تو دنیا میں ''عطیہ کارڈ'' لیکر نکلئے۔ اگر آپ ''مطالبہ کارڈ'' لیکر نکلے تو یہاں آپ کو کچھ ملنے والا نہیں۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

دو کارآمد نسخے

(میمونہ سلیم۔۔۔ بہاولپور)

(1) یہ دو آزمودہ نسخے لکھ رہی ہوں۔ ایک دفعہ میری کزن کے بال بالکل اُتر گئے۔ یعنی بالچر کی بیماری ہوگئی تھی۔ سارے جسم کے بال، پلکیں، بھنویں، سر کے بال اُتر گئے۔ گنج ہوگیا تھا۔ سارے جہان کی دوائیں آزمائیں لیکن کچھ فرق نہ پڑا۔ بالآخر ایک ٹوٹکا کیا، بہت ہی آسان اور مفید ثابت ہوا۔ کسی نے بتایا کہ کوا پکڑ کر اس کا تازہ خون سر اور بھنوؤں، پلکوں پر لگائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ کوا عام پرندہ ہے اور اسکو جال سے پکڑ کر، گھر کا کوئی مرد اس کو ذبح کرے اور اس کا تازہ خون سر پر ٹپکائیں۔ کیونکہ کوے کا خون تھوڑا سا نکلتا ہے اور جلد ہی جم جاتا ہے۔ کم از کم 4 گھنٹے یا 5 گھنٹے لگائیں۔ ایک دن میں ایک کوے کا خون لگائیں۔ تین دن تین کوؤں کا خون لگائیں۔ صرف تین کوؤں کا خون لگانے سے ہی انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ اور بال دوبارہ اُگنا شروع ہوجائیں گے۔ قارئین یہ تو بہت ہی آسان اور مفت کا نسخہ ہے۔ اس کو میری کزن نے آزمایا اور بہت مفید پایا۔

(2) میرے نانا جان اکثر یہ کرتے تھے کہ بچھو کو مار کر شیشے کی چھوٹی تیل کی بوتل جس میں سرسوں کا تیل ہو اس میں مرا ہوا بچھو ڈال دیتے۔ دو بچھو ڈال لیں اور بوتل محفوظ کرلیں۔ جب بھی کبھی سانپ، بچھو، بھڑ یا زہریلا کیڑا کاٹ لے تو یہ تیل لگائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور سوجن نہیں ہوگی۔ میرے نانا جان اکثر ایسا کیا کرتے تھے۔

(بقیہ: روزگار کی مشکلات آسان ہوگئیں)

ملاقات حضرت خضر علیہ السلام

اگر ہزار بار تنہائی میں پڑھے تو انشاء اللہ حضرت خضر علیہ السلام سے ملاقات حاصل ہو لیکن شرط ہے کہ روزی وجہ حلال سے پیدا کرکے کھائے۔

یہ اسم اذکار کارمیکائیل سے ہے، جو شخص نصف شعبان کی رات اس اسم پاک کی لوح تیار کرے اور اسم کے اعداد کے مطابق ۳۰۸ مرتبہ اسم پاک کا ورد کرے تو سال بھر کا رزق اللہ تعالیٰ اسے عنایت فرماتے ہیں۔

انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے قلم سے)

میں سفر کے سلسلے میں جہانیاں تھا۔ وہاں ایک نہایت تجربہ کار شخص نے راز دارانہ انداز میں بتایا کہ ایسا شخص جس کو سانپ بار بار کاٹتا ہو یا سالانہ کاٹتا ہو، اگر مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کرے تو واقعی فائدہ ہوگا۔ اسی دوران جیکب آباد سے ایک مریض آیا اس نے یہ نسخہ استعمال کیا، واقعی مفید پایا۔ پھر تو کئی لوگوں نے یہ نسخہ استعمال کیا اور فائدہ اٹھایا۔

ھوالشافی:۔ ریوند عصارہ۔ گلقند۔ جلا پہ ہریڑ۔ ہر ایک 20 گرام کوٹ پیس کر روزانہ 1/4 چمچ چھوٹا چٹائیں۔ پھر کچھ عرصہ وقفہ کریں، پھر چٹائیں۔ کچھ ماہ اس ترتیب سے کریں، فائدہ ہوگا اور کبھی سانپ نہیں آئے گا۔

انگور کی خاصیت: گردے، مثانے اور آنتوں کے لیے لاجواب ہے۔ کنگ ایڈورڈ میڈیکل کالج سے 1954ء سے فارغ التعلیم ایک اعلیٰ ڈاکٹر، بہت عرصہ بیرون ملک رہے۔ واپسی پر ایک چائنیز ڈش اپنے دوستوں کو کھلائی جو کہ انگور کے پتوں میں پکی تھی۔ ڈش واقعی لاجواب اور لذیذ تھی۔ مزے سے کھائی گئی اسی محفل میں ایک سید صاحب بھی شریک تھے۔ رات کو انکے گردے میں سخت درد شروع ہوا جو کہ ناقابل برداشت تھا۔ فوراً انہیں ڈاکٹر صاحب کو بلایا گیا۔ انہوں نے علاج معالجہ کیا اور حیرت انگیز طور پر مثانے سے پتھری نکلی جو کہ بہت علاج دوا سے نہیں نکل سکی تھی۔ ڈاکٹر صاحب نے فوراً کہا کہ یہ انگور کے پتوں کا کمال ہے۔ قارئین کرام انگور اگر خوب پکے ہوئے ہوں اور کھٹے نہ ہوں اور چبا چبا کر کھائے جائیں تو یقیناً صحت اور تندرستی ہوگی اور گردے کی پتھری کا واقعی علاج ہے۔ (انشاء اللہ)

کانوں کا بہنا:۔ یہ ایک خبیث مرض ہے کہ اکثر دیکھا گیا ہے کہ کانوں کا آپریشن بھی ہو جاتا ہے لیکن مرض پھر بھی نہیں جاتا۔ ایک دیہاتی میرے پاس آیا اور گفتگو کے دوران اس نے یہ کانوں کے بہنے کا اکسیری نسخہ بتایا۔ موصوف نے واقعہ سنایا کہ میرے پاس ایک فقیر خیرات مانگنے آیا۔ میں نے اپنے 7 سال کے بچے کو روپیہ دیا کہ سائل کو دے۔ میرا وہ بچہ گذشتہ کئی سالوں سے کانوں کے بہنے اور پکنے کے مرض میں مبتلا تھا۔ فقیر نے فوراً کہا کہ یہ نسخہ بنا لو کبھی بھی آپ کے بچے کو پھر تکلیف نہیں ہوگی۔ میں نے جلدی جلدی بنایا واقعی مفید ثابت ہوا۔ پھر کئی اور بچوں کو استعمال کرایا، واقعی فائدہ ہوا۔ گل بنفشہ 50 گرام کو ایک کلو پانی میں ہلکی آنچ پر ابالیں۔ پھر جب ایک پاؤ پانی باقی بچے تو اس میں روغن گل ملا کر ہلکی آنچ پر ابالیں جب تمام پانی اور گل بنفشہ جل جائے۔ تیل نتھار لیں کانوں میں 3 قطرے ڈالیں صبح وشام چند ہفتے مزید استعمال کریں۔

جلے ہوئے زخموں کا کامیاب علاج:۔ میرے ایک آدمی کے دوست میجر صاحب ایک دفعہ بیٹھے تھے کہ دفعتاً اطلاع ملی کہ دیہات میں گڑ کے کڑاھے میں ایک بچہ گر گیا اور وہ بچہ اتنی بری طرح جھلس گیا کہ تمام لوگ ناامید ہو گئے۔ ڈاکٹروں نے بہت علاج کیے آخر کار لاعلاج کہہ دیا۔ اس بچے کو جب یہ نسخہ استعمال کرایا تو اللہ عزوجل نے کامل شفا عطا فرمائی۔ اس طرح ایک صاحب حلوائی تھے دوران کام ہاتھ بری طرح جل گیا انہوں نے بھی یہی نسخہ مستقل مزاجی اور توجہ سے استعمال کیا، بالکل صحت یاب ہو گئے۔ حتیٰ کہ لاعلاج اور آگ سے جلے اور گندے زخموں کے لیے جب یہ نسخہ استعمال کیا گیا تو شافی افاقہ ہوا۔

بورے والا کی ایک خاتون کو چولہے سے آگ لگ گئی۔ میرے پاس زیر علاج رہیں، خاتون پہچانی نہیں جاتی تھی۔ اس خاتون کو بھی یہی نسخہ استعمال کرایا، بہت زبردست چیز ہے۔

ھوالشافی:۔ چونے کا نتھرا ہوا پانی 1 پاؤ۔ السی کا تیل 1 پاؤ۔ رال سفید اعلیٰ 50 گرام۔ کافور 10 گرام۔ کتھہ پان والا 10 گرام۔ تمام چیزوں کو اکٹھا ڈال کر خوب گھوٹیں اتنا گھوٹیں کہ سب چیزیں مرہم کی طرح بن جائیں شرط یہ ہے کہ جتنا زیادہ گھوٹا جائے گا اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔

واضح رہے کہ گھوٹنے کے دوران باوضو یہ آیت بار بار پڑھتے رہیں اول آخر درود شریف 11 بار **قُلْنَا یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰھِیْمَ** پڑھ کر یہ آیت کم از کم ۴۱ بار ضرور پڑھیں اور پھر دوا زخموں پر لگائیں۔ الغرض مذکورہ نسخہ جلے ہوئے زخموں اور گندے زخموں کا حتمی علاج ہے۔

سکھ چین کا کمال:۔ ایک نیک صالح صاحب نے ایک دفعہ مجھے بتایا کہ سکھ چین کے درخت کو پھلیاں لگتی ہیں ان میں سفید رنگ کے بیج ہوتے ہیں مجھے کسی نے بتایا کہ یہ بیج نزلے کیرے اور بلغم کا بار بار حلق میں گرنے کا کامل علاج ہے پہلے تو مجھے یقین نہ آیا کہ میں اس مرض کا بہت علاج کر چکا تھا۔ آخر کار تجربہ کے طور پر یہ نسخہ استعمال کیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

روحانیت کی دنیا

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ کے ہاتھوں ایک صحابیؓ جن کا کفن دفن

حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ مکہ تشریف لے جا رہے تھے۔ صحرا میں آپ نے ایک مردہ سانپ دیکھا۔ آپ نے فرمایا زمین کھودنے کا اوزار لاؤ۔ آپ نے گڑھا کھود کر اس سانپ کو کپڑے میں لپیٹ کر دفن کر دیا۔ یکا یک آواز آئی "خدا کی رحمت ہو تجھ پر اے سرق میں گواہی دیتا ہوں میں نے رسول اللہ ﷺ سے سنا ہے آپ فرماتے تھے اے سرق تو صحرا میں مرے گا اور میری امت کا ایک بہتر آدمی تجھ کو دفن کرے گا۔"

یہ سن کر حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ نے فرمایا "تو کون شخص ہے خدا تجھ پر رحم کرے" اس نے جواب دیا "میں جن ہوں اور یہ سانپ سرق ہے" سرق ان جنات میں سے تھا جنہوں نے حضور ﷺ سے بیعت کی تھی اس کے اور میرے سوا اب کوئی نہیں رہا تھا۔

استخارہ امام یافعیؒ

امام ممدوح فرماتے ہیں کہ جو شخص اپنے کام میں تذبذب کا شکار ہو اور کچھ نہ سوجھے، کہ کیا کروں، کیا نہ کروں۔ اس کو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد دائیں کروٹ پر روبہ قبلہ لیٹ کر سورۃ واللیل، سورہ والضحیٰ، سورہ الم نشرح سات سات مرتبہ پڑھے۔ اور یوں دعا کرے۔ **اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ لِّیْ مِنْ اَمْرِیْ ھٰذَا فَرَجًا وَّ مَخْرَجًا اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ**۔ ضرورت دیکھے تو دوسرے تیسرے روز بھی یہی عمل کرے۔ تین راتوں کے اندر ہاتف بتائیگا کہ کام کا صحیح راستہ یہ ہے۔

خواب میں کسی فوت شدہ کی حالت

حضرت امام حسن بصریؒ سے منقول ہے کہ جو شخص کسی فوت شدہ عزیز کی اُخروی حالت دیکھنی چاہے۔ اس کو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نماز نفل پڑھے اور اور ہر رکعت میں فاتحہ کے ساتھ سورہ الھکم التکاثر پڑھے۔ پھر یہ دعا کر کے سو جائے۔ **اَللّٰھُمَّ اَرِنِیْ** (فلاں یہاں اس فوت شدہ عزیز کا نام لے) **عَنِ الْحَالَةِ الَّتِیْ ھُوَ عَلَیْھَا**۔ انشاء اللہ وہ عزیز اس کو اپنی اصلی حالت میں نظر آجائیگا۔

(بحوالہ "کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" مشکلات، لاعلاج بیماریوں اور کالے جادو کے ڈسے اس کتاب کا مطالعہ کریں۔)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

ایک بار کی ناکامی مستقل ناکامی کا لازمہ نہیں ہوتی بلکہ مضبوط ارادے کے لوگ ناکامی ہی کو کامیابی کا زینہ بناتے ہیں

پیشہ کا انتخاب

میں ایک عرصے سے ایک فرم میں کام کر رہا ہوں۔ دیانت داری سے کام کرتا ہوں اور محنت بھی کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔ یعنی دفتر کا سارا وقت مصروف رہنے کی کی کوشش کرتا ہوں لیکن اس کے باوجود ترقی نہیں کر سکا۔ وہیں کا وہیں ہوں جہاں دس سال پہلے تھا۔ جب کہ میرے ساتھی بہت آگے بڑھ گئے ہیں۔ حالانکہ میری ایمان داری کی میرے افسر بھی قدر کرتے ہیں۔ آخر کیا وجہ ہے؟ مجھے اپنی ترقی کے لیے کیا کرنا چاہیے؟ کیا نوکری چھوڑ دوں؟ (م۔ ج۔ ب)

جواب:۔ آپ نے یہ نہیں لکھا کہ آپ کس حیثیت سے ملازم ہیں؟ آپ کے ذمے کوئی فنی کام ہے یا محض تحریری۔ لیکن میں آپ کے خط سے جہاں تک سمجھا ہوں آپ کسی غیر فنی کام پر مامور ہیں۔ دوسری چیز جو آپ کی تحریر سے سمجھ سکا ہوں وہ یہ ہے کہ آپ کو اپنے کام سے ذہنی لگاؤ نہیں۔ آپ دیانت دار ہیں۔ محنت کرتے ہیں، لیکن یہ سب فرض سمجھ کر، اپنی طبیعت پر جبر کر کے پورا وقت کام کرتے ہیں۔ فرض شناسی ایک بہترین خصوصیت ہے، لیکن اس کے ساتھ اگر انسان کو اپنے کام سے دلچسپی بھی ہو، ذہنی لگاؤ بھی ہو تو ترقی کے راستے کھل جاتے ہیں اور کامیابی قدم چومتی ہے۔ دلچسپی ہی کام میں مہارت کا ذریعہ بنتی ہے۔ ایک چیز تو ہوتی ہے کام کو پورا کرنا اور ایک چیز ہوتی ہے کام میں خوبی پیدا کرنا، جدت پیدا کرنا، نئے پہلو ڈھونڈنا۔ اس خصوصیت کے لیے رجحان کے مطابق کام ہونا چاہیے۔ چنانچہ اگر میرا اندازہ صحیح ہے تو آپ کی مشکل کا حل یہ نہیں ہے کہ آپ نوکری چھوڑ دیں، کیوں کہ آپ کو کوئی دوسری نوکری یا کاروبار تو کرنا ہی ہوگا۔ وہ بھی آپ کے رجحان طبع کے مطابق نہیں ہوا تو اس میں بھی ترقی کے امکانات نہیں ہیں۔ سب سے پہلا کام آپ کو یہ کرنا چاہیے کہ اپنی دلچسپی کا صحیح اندازہ کیجئے۔ رجحان سمجھنے اور اگر موجودہ کام رجحان کے مطابق نہیں ہے تو دوسرا کام رجحان کے مطابق سوچیے، تلاش کیجئے اور ضرورت ہو تو دوستوں سے مشورہ کیجئے۔ پھر بے شک نوکری چھوڑنا مفید ہوگا اور آپ اپنے پسندیدہ کام میں بہت جلد کامیابی اور ترقی حاصل کر لیں گے۔

ایک بات اور ہے، آپ کے تعلقات اپنے ساتھیوں، ماتحتوں اور افسروں سے کیسے ہیں؟ کیا آپ کو تعلقات خوش گوار رکھنے کا گر آتا ہے؟ کیا آپ اختلافات کو حُسن وخوبی سے حل کر لیتے ہیں؟ ذرا جائزہ لیجئے کہیں تعلقات کی خرابی تو آپ کی راہ میں حائل نہیں ہے؟ اگر آپ اپنے ساتھیوں سے خوش نہیں ہیں تو اس کا صاف مطلب یہ ہے کہ آپ کے تعلقات اچھے نہیں ہیں اور آپ کو فوراً اپنے رویے پر نظر ثانی کرتے ہوئے تعلقات کو خوشگوار بنانا چاہیے۔

ناکامی اور بے چینی

مجھے بچپن سے ہی سماجی فلاح و بہبود کے کاموں سے دلچسپی تھی۔ اب وہ جذبہ جنون کی حد تک پہنچ چکا ہے۔ دوران تعلیم سیاسیات (پولیٹیکل سائنس) میرا خاص مضمون تھا۔ جب تک ہمارا خاندان معاشی طور پر کافی مضبوط تھا، ہم دوسروں کی بھلائی کے لیے کافی روپیہ خرچ کرتے رہے۔ کئی سماجی جماعتیں بنائیں اور ان کے پروگراموں کو جاری رکھنے کے لیے ذاتی پیسہ خرچ کرتے رہے۔ کارکنوں کی بھی خاطر تواضع کرتے رہے۔ پھر خاندانی اور گھریلو معاملات نے پہلو بدلا۔ نفاق نے اتفاق کی جگہ لے لی اور ہماری معاشی حالت کمزور ہوگئی۔ وہ کارکن جو ہمارے گھر کھانا کھاتے رہے، غائب ہو گئے۔ وہ تنظیمیں دفن ہوگئیں۔ تجارت میں ملازموں نے دھوکا بازی کی اور ہزاروں کا نقصان ہوا اور اب راقم الحروف کو گزر اوقات کے لیے ملازمت کرنی پڑی۔ جب بھی میں تنہا ہوتا ہوں یا نماز کا ارادہ کرتا ہوں، وہ گزرے ہوئے واقعات یاد آتے ہیں اور ذہنی سکون معطل ہو جاتا ہے یا جب میں شہر میں ناانصافی یا کسی غریب پر زیادتی دیکھتا ہوں تو پھر خیالات آتے ہیں کہ معاشرتی برائیوں کو دور کرنے کے لیے کام کروں، مگر حالات اجازت نہیں دیتے۔ دل مچلتا رہتا ہے۔ چاہتا ہوں کہ مزید تعلیم حاصل کروں، مگر دماغ میں وہی شوق قیادت اور گزشتہ واقعات اور دوستوں کی اصلاح کا خیال سما جاتا ہے۔ نتیجہ ظاہر ہے کہ بے چینی کس طرح ختم ہوسکتی ہے۔ معاشرتی فلاح و بہبود کے کاموں میں ناکامی کے بعد بھی اپنی مسلسل جدوجہد کی پالیسی جاری رکھوں یا نہیں۔

(محمد اسلم۔ فیصل آباد)

جواب:۔ آپ کے خط میں بہت سی باتیں تشنہ ہیں۔ اگر آپ ذرا تفصیل سے اپنے خیالات لکھتے تو مشورہ دینے میں زیادہ سہولت ہوتی۔ بہر حال آپ بطور خود اپنے اور خاندان کے تمام حالات کا جائزہ لیجئے اور کاروبار میں ناکامی اور باہمی اختلاف اور متعلقہ لوگوں کی بے وفائی کے اسباب کا کھوج لگانے کی کوشش کیجئے۔ اس کوشش میں یہ پہلو بطور خاص ملحوظ رکھیے کہ اپنے آپ کو بے خطا ثابت کرنے کا جذبہ کارفرما ہو، بلکہ غیر جانب دارانہ جائزہ لیجئے کہ کس کی کتنی خطا تھی۔ باہمی نفاق اور دوستوں و ملازموں کی دھوکے بازی کی وجوہ کیا تھیں؟ کہیں آپ کی کسی عادت، لفظ یا رویئے کو تو دخل نہ تھا؟ اس جائزے کے نتیجے میں آپ آئندہ کے لیے آسانی سے راہِ عمل متعین کر سکیں گے۔ آپ نے ایک لفظ "شوق قیادت" استعمال کیا ہے۔ کیا یہ شوق حد سے بڑھا ہوا ہے اور اس کا اظہار دوسروں کے لیے تکلیف دہ تو نہ تھا۔ میں شوقِ قیادت کو برا نہیں کہہ رہا ہوں، لیکن یہ سمجھنے کی ضرورت ہے کہ آپ کی کامیابی اور ناکامی دونوں میں اس شوق کا حصہ کیا اور کتنا رہا ہے۔ فی الحال میں آپ کو یہی مشورہ دوں گا۔ آپ ناکامی کے احساس کو اپنے اوپر حاوی نہ ہونے دیں۔ ہر کام میں اور زندگی کے ہر میدان میں شکست و فتح اور کامیابی و ناکامی دونوں ہی سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ ایک بار کی ناکامی مستقل ناکامی کا لازمہ نہیں ہوتی بلکہ مضبوط ارادے کے لوگ ناکامی ہی کو کامیابی کا زینہ بناتے ہیں۔ ایک بار کی ناکامی سے سبق سیکھتے ہیں۔ اور جو باتیں اس ناکامی کا سبب بنی تھیں آئندہ ان سے احتراز کر کے صحیح راہِ عمل متعین کرتے ہیں۔ آپ بھی مایوس نہ ہوں بلکہ مستقل کامیابی کے اسباب و حالات پیدا کرنے کی کوشش شروع کر دیجئے۔ جتنے عرصے تک آپ کو ملازمت کرنا پڑے، (بقیہ صفحہ نمبر 14 پر)

مختصر مسنون دعا کا معجزانہ اثر

ایک تیز رفتار وین نے پیچھے سے ہماری موٹر کو ٹکر ماردی ہے اور اس کا پچھلا حصہ ناقابل شناخت ہوگیا ہے۔ حادثہ نے تو ہمیں گھبراہٹ میں مبتلا نہیں کیا تھا لیکن اس منظر کے مشاہدہ نے ہمیں پریشان کر دیا۔

مولانا محمد الیاس ندوی

۱۴۲۲ھ کا سال تھا اور شعبان المعظم کا مہینہ اور اس کا آخری ہفتہ' دن اب ٹھیک سے یاد نہیں' میں متحدہ عرب امارات کے سفر میں تھا۔ ایک روز صبح دوبئی سے ابوظہبی، اپنے عزیز و اقارب اور دوست احباب سے ملنے کی غرض سے جانا ہوا۔ ساتھ میں استاد محترم مولانا فاروق ندوی صاحب بھی تھے اور گاڑی ہمارے دوست محمد سعید صاحب (مصنف انگریزی کتاب اسلام اور غیر سودی بینکنگ نظام) کی تھی اور وہی اس کی ڈرائیونگ بھی کررہے تھے۔ شام کو ہم لوگ ابوظہبی سے سے واپس ہوئے' راستہ میں مغرب کی اذان ہوئی' لب سڑک واقع ایک چھوٹی سی مسجد میں اتر کر ہم لوگوں نے نماز ادا کی اور واپس گاڑی میں بیٹھ کر روانہ ہوگئے۔

مولانا نے ہم سب سے فرمایا کہ سب لوگ اپنے معمولات اور اوراد وظائف مکمل کرلیں۔ کچھ ہی دیر میں ہم لوگ اپنے معمولات سے فارغ ہوئے اور پھر مغرب سے قبل والی تفریحی گفتگو شروع ہوئی۔ گاڑی اپنی پوری آب و تاب کے ساتھ تیز رفتاری سے دوبئی کی طرف رواں دواں تھی۔ دائیں بائیں سے گذرنے والی امریکی و یورپی طرز کی موٹر کاریں ہمیں اوورٹیک کرتے ہوئے آگے بڑھ رہی تھیں۔ اچانک کیا دیکھتے ہیں کہ ایک دھماکہ کی آواز سنائی دی اور یکلخت ہماری گاڑی رک گئی۔ ہم لوگ یہ سوچ کر نیچے اترے کہ شاید گاڑی پنکچر ہوگئی ہے اور اس کے ٹائر سے ہوا نکل گئی ہے۔ دروازہ کھول کر جب نیچے اترے تو ہمارے قدموں تلے زمین کھسک گئی۔ کیا دیکھتے ہیں کہ ایک تیز رفتار وین نے پیچھے سے ہماری موٹر کو ٹکر ماردی ہے اور اس کا پچھلا حصہ ناقابل شناخت ہوگیا ہے۔ حادثہ نے تو ہمیں گھبراہٹ میں مبتلا نہیں کیا تھا لیکن اس منظر کے مشاہدہ نے ہمیں پریشان کر دیا۔ اللہ کی قدرت کا کمال یہ تھا کہ ہمیں نہ کوئی خراش آئی تھی اور نہ کوئی زخم اور نہ ہمیں اس کا احساس بھی ہوا تھا کہ ہم حادثہ سے دوچار ہوئے ہیں' مولانا فاروق صاحب کی زبان سے بے ساختہ یہ جملہ نکلا **وَلٰكِنَّ اللّٰهَ سَلَّمَ** اللہ ہی نے محض اپنے فضل و کرم سے ہمیں محفوظ رکھا ورنہ ہم اپنے گناہوں سے بچنے کے قابل نہیں تھے۔ یہ یقیناً اسی دعا کا اثر تھا جو ہم لوگوں نے تھوڑی دیر پہلے پڑھی تھی کہ اللہ ہی کے نام کی برکت سے زمین و آسمان کی کوئی چیز اس کی اجازت کے بغیر نقصان نہیں پہنچاسکتی' وہی تنہا سننے اور جاننے والا ہے۔

"بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِی لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ"

سرور کائنات ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جو شخص صبح شام اس دعا کو تین بار پڑھے گا، اس کو کوئی چیز نقصان نہیں پہنچاسکتی۔ عام حالات میں اس دعا کی برکت سے حادثہ سے دوچار نہ ہونا وعدہ خداوندی ہے لیکن حادثہ میں مبتلا کر کے اس میں بھی محفوظ رکھنا یہ اس کی کمال قدرت کا مظہر ہے۔ وعدہ الٰہی حفاظت کا ہے۔ حادثہ و آزمائش سے بچاکر بھی اور حادثہ سے دوچار کر کے اس میں بھی محفوظ رکھنے کا بھی' بشرطیکہ یہ دعا پڑھنے والا اسے پابندی اور اللہ پر یقین و بھروسے کے ساتھ پڑھے۔

رسالے کا تبادلہ

اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

تنبیھہ: ماہنامہ ''عبقری'' فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ ورانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جوابدہ نہیں۔

مسلمانوں کی نماز کی فلم

(منیر احمد قریشی۔۔۔اعوان ٹاؤن)

ایک فلم کمپنی کے مالک کو مسلمانوں کی نماز کی فلم بنانے کا شوق ہوگیا۔ چنانچہ اس نے چند عربی لوگوں سے رابطہ کیا جو کہ امریکہ میں مقیم تھے اور ان سے کہا کہ کسی خوش الحان موذن اور خوش الحان امام قاری لائیں۔ ساتھ ہی پندرہ بیس نماز پڑھنے والے مقتدی بھی ہوں۔ مجھے نماز کی فلم بنانی ہے۔ ان لوگوں کو آمادہ کر کے فلم کمپنی کے سٹوڈیو میں لایا گیا۔ اذان کے شروع ہوتے ہی اس فلم کمپنی کے عیسائی مالک کے دل پر بڑا اثر پڑا۔ پھر جب نماز کی ابتدا ہوئی اور قاری صاحب نے آیات قرآنی کی تلاوت کی تو وہ شدتِ جذبات سے پھوٹ پھوٹ کر رونے لگا۔ نماز کے اختتام پر کمپنی کے مالک نے امام صاحب سے درخواست کی کہ مجھے مسلمان کرلیں۔ لہٰذا اس کو پہلے غسل کرایا گیا۔ پھر کلمہ پڑھا کر دائرہ اسلام میں داخل کرایا گیا۔ نومسلم نے قاری صاحب سے درخواست کی مجھے قرآن پڑھائیں۔ میں آپ کی خدمت کروں گا۔ امام صاحب نے کہا اس کی کوئی ضرورت نہیں۔ یہ تو ہمارا فرض ہے۔ ہم اپنا فرض ادا کریں گے۔ اس کے بعد نومسلم نے سب کچھ فروخت کر دیا اور اسلامی تعلیمات کے حصول میں لگ گیا۔ اس کے دوستوں رشتہ داروں نے پوچھا تم کو اسلام لانے میں کیا ملا؟ اتنا بڑا کاروبار چھوٹ گیا۔ اس نے جواب دیا مجھے جو سکون قلب ملا اور راحت دینی ملی، ساری زندگی نہیں ملی۔ بہت سے کاروبار کئے لیکن پریشان رہا۔ اب اسلام قبول کر کے مجھے اور کسی چیز کی ضرورت نہیں۔ اتنی ساری دولت اور وسائل نے وہ کچھ نہیں دیا جو اسلام نے دیا۔ یہ ساری دولت میری اولاد کو سات پشتوں تک کافی ہوگی۔ میں سکون سے آخری سفر طے کروں گا۔

قارئین کی قیمتی رائے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب 'ہاں' ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آیئے آپ بھی اپنا حصہ ملایئے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہوسکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ **Ubqari@hotmail.com**

سب انسان ایک دوسرے کے اعضاء ہیں۔ کیونکہ پیدائش میں ان کا جوہر ایک ہے۔ (شیخ سعدیؒ)

خواتین کی بیماری	پیروں میں پسینا	بے خوابی	مچھلی کا استعمال	منہ کی بدبو

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

خواتین کی بیماری

(نازیہ خان۔۔۔لاہور)

آپ کا شمارہ ''ماہنامہ عبقری'' میں اور میری تمام فیملی بہت شوق سے پڑھتے ہیں۔ میرا خیال ہے کہ یہ ماہنامہ ہر لحاظ سے ایک منفرد رسالہ ہے، پاکستان کے تمام رسالوں سے۔ آج کل اکثر لڑکیوں میں ''لیکوریا'' کی شکایت عام ہے، جس کی وجہ سے ہر وقت الجھن پیدا ہوتی ہے۔ حتیٰ کہ نماز تک صحیح طریقے سے ادا نہیں کی جاسکتی۔ میری عمر اس وقت 17 سال ہے اور مجھے بھی پچھلے دو سال سے ''لیکوریا'' کی تکلیف ہے۔ امید ہے کہ آپ میری اس گذارش پر ضرور غور کریں گے۔

جواب:۔ بیٹا! آپ نے یقیناً ایک نہایت اہم مسئلے کی طرف نشاندہی کی ہے۔ یہ تکلیف ان دنوں ذرا زیادہ ہی ہے۔ پیاری بیٹیوں کو اس مسئلے پر اس انداز سے غور کرنا چاہیے کہ ان دنوں پاکستان میں ثقافتی ماحول کیا ہے؟ گزشتہ چند سال تک ہر ذریعہ ابلاغ نے ثقافت کے نام پر پاکستان میں فحاشی کا پرچار کیا ہے۔ فحاشی کا جو پرچار ذرائع ابلاغ سے ہوتا رہا ہے اور آج بھی ہو رہا ہے، نہ صرف اخلاق کے لیے تباہ کن ہے بلکہ صحت کے لیے سم قاتل ہے۔ بے ہودہ پروگراموں اور نازیبا تصاویر سے بیٹیوں کے فکر میں ایک انتشار پیدا ہوتا ہے۔ اس فکری انتشار نے وطن کی بیٹیوں کو اس تکلیف میں مبتلا کر دیا۔ اسوقت ذرائع ابلاغ سے جو بھی نشر ہو رہا ہے وہ مشرقی روایات اور اسلامی ثقافت کے قطعاً منافی ہے۔ اس صورتِ حال نے امریکا جیسے ملک کے اخلاق کو تباہ کر کے وہاں اخلاق وصحت کے نہایت سنگین مسائل پیدا کیے ہیں۔ اس صورتِ حال کا نوٹس لینا چاہیے اور ذرائع ابلاغ کو انسانیت اور شرافت اختیار کرنی چاہیے۔ لیکوریا کا یہ ایک بڑا سبب ہے۔ ہاں ایک اور مسئلہ درپیش ہے۔ نوجوان بیٹیاں، ٹیلی ویژن سے نہایت قریب ہو کر بیٹھتی ہیں۔ ٹیلی وژن بالخصوص رنگین ٹیلی وژن سے جو شعاعیں خارج ہوتی ہیں ان کی وجہ سے لڑکیوں کا ماہانہ نظام سخت متاثر ہوتا ہے اور وہ ماہانہ معمولات کی بے قاعدگیوں اور سیلان الرحم (لیکوریا) کی گرفت میں آجاتی ہیں۔ اس بیماری کے لیے بطور دوا سپاری پاک اور چارٹ سے غذا نمبر 6-5 کو استعمال کریں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہوگا۔

پیروں میں پسینا

(عبدالحق۔۔۔کراچی)

عمر 41 برس، میرے پیروں کے تلووں میں موسم سرما میں کافی پسینا آتا ہے اور پاؤں جلتے ہیں جب کہ موسم گرما ایسی کوئی شکایت نہیں ہوتی۔ ازراہِ کرم علاج تجویز فرمائیے۔

جواب:۔ خاصی عجیب صورتِ حال ہے۔ تلووں میں پسینے کی گلٹیاں اگر ہیں تو سردیوں میں ان کا متحرک ہونا غیر معمولی بات ہے۔ پسینا ویسے بھی دوران خون کی کسی صورت میں آسکتا ہے۔ بالخصوص ان لوگوں کو جن کے مزاج میں تلخی اور عجلت ہو۔ میری رائے ہے کہ آپ کو اپنے پیروں کو نیم کے جوشاندے سے رات کو دھونا چاہیے اور سنگِ جراحت پسا ہو (پاؤڈر کی طرح) تلووں پر لگانا چاہیے۔ شاید اس سے یہ عجیب مسئلہ حل ہو جائے۔

منہ کی بدبو

(حمیرا گل۔۔۔فیصل آباد)

اسکول کے زمانے سے میرے منہ سے بہت بدبو آتی ہے۔ البتہ جب کچھ کھاتی پیتی ہوں تو یہ بدبو کچھ دیر کے لیے کم ہو جاتی ہے۔ طرح طرح کے ٹوتھ پیسٹ اور مسواکیں استعمال کر لیں، لیکن مسئلہ حل نہیں ہوا۔

جواب:۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اب آپ یا تو کالج میں ہیں یا یونی ورسٹی میں: ماشاء اللہ تعلیم مبارک ہو! توقع ہے کہ آپ کی درس گاہ خوش بودار ہوگی یعنی وہاں تعصب، تفرقہ اور دیگر الائشوں کی بدبو نہیں ہوگی۔ ذرا آپ کے منہ کی بدبو کی بات ہو جائے۔ ایک تو یہ کہ اگر ۳۲ دانتوں اور دو رخساروں سے اور ایک زبان سے کلمات بد نکلتے ہیں تو ان کی دوا بھی کرنی چاہیے۔ ہاں ذرا یہ تو دیکھ لیجئے کہ آپ کے دانت کیسے ہیں؟ ایسا تو نہیں کہ آپ کے مسوڑھے نرم ہو گئے ہیں، ان میں پیپ ہے۔ اگر مسوڑھے نرم نہیں ہیں اور ان سے خون نہیں رستا تو معالجِ دندان سے مشورہ کیجئے کہ کسی داڑھ میں زخم تو نہیں ہے۔ بدبو کا ایک سبب یہ بھی ہو سکتا ہے۔ اگر یہاں سب خیریت ہے تو اب معدے کی طرف توجہ کرنی ہوگی اور آنتوں کو دیکھنا ہوگا کہ یہاں کوئی خرابی تو نہیں ہے۔ ایک تو یہ ہے کہ معدے میں سردی ہے اور غذا کو یہاں زیادہ رہنا پڑتا ہے۔ اس کا علاج کرنا ضروری ہے۔

اگر قبض ہے تو اسے رفع کرنا چاہیے۔ ان حالات میں غذا میں تبدیلی کرنی چاہیے۔ کم خوری کا طریقہ اختیار کرنا چاہیے اس لیے کہ آپ کا معدہ کمزور ہے۔ جوارشِ جالینوس چھ چھ گرام دونوں وقت (کھانے کے بعد) کھائیے اور چارٹ سے غذا نمبر 2 کو استعمال کریں۔

بے خوابی

(عالمگیر خان۔۔۔شیخوپورہ)

میری عمر 45 برس، گھریلو اور دفتری مصروفیات بے حد ہیں جن کی وجہ سے فکر و تشویش میں مبتلا رہتا ہوں۔ نیند بڑی مشکل سے آتی ہے۔ حکیم صاحب! مجھے کوئی مناسب نسخہ بتائیے کہ ذہنی الجھن دور ہو اور میں سکون کی نیند میں سوسکوں۔

جواب:۔ اس کا ایک علاج تو قناعت ہے۔ یعنی جو موجود ہے، اس پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کر کے اپنی مصروفیات کو کم سے کم کر لیا جائے۔ ہاں بعض مصروفیات ایسی ہوتی ہیں جو خدمتِ خلق کی تعریف میں آتی ہیں۔ میں ان کو کم کرنے کا مشورہ نہیں دے سکتا۔ اس راہ میں رکاوٹ میں نہیں ڈال سکتا۔ ایسی صورت میں آپ کو اس فن میں مہارت حاصل

کرنی چاہیے کہ رات جب بستر پر لیٹیں تو بہت کچھ بھول جائیں اور خود کو نیند کے حوالے کر دیں۔ یقیناً یہ مشکل کام ہے مگر ناممکن نہیں ہے۔ میں گولی کھا کر سونے کو غلط سمجھتا ہوں اور آپ کے لیے کوئی دوا تجویز کر کے خاموش ہونا نہیں چاہتا۔ آپ کو یہ مشورہ دینا چاہتا ہوں کہ مسائل اور افکار سے نمٹنا آپ کو آنا چاہیے۔ قوت برداشت کو ترقی دینی چاہیے۔ صبر کو اختیار کرنا چاہیے۔ سکون حاصل کرنے کے لیے خدمت کو لطف انگیز بنانا چاہیے۔ گھریلو اور دفتری کام اگر خدمت کا عنوان بن جائیں تو یہ خود عبادت بن جاتے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5 کو استعمال کریں۔

مچھلی کا استعمال

(عاصمہ جہانگیر۔۔۔ٹوبہ ٹیک سنگھ)

حکیم صاحب! مجھے ایک سہیلی نے مشورہ دیا ہے کہ کراچی جیسے ساحلی شہروں میں صحت مند زندگی کے لیے باقاعدگی کے ساتھ مچھلی کھانا چاہیے۔ معلوم یہ کرنا چاہتی ہوں کہ کراچی میں رہنے پر مجھے کون سی قسم کی مچھلی کتنی مقدار میں استعمال کرنی چاہیئے۔ جو میری صحت کے لیے فائدہ مند ہو۔

جواب:۔ مچھلی یقیناً ایک اچھی غذا ہے اور اس کے کھانے پر کوئی پابندی نہیں ہے۔ نہ وقت کی کوئی قید ہے اور نہ مہینے کی کوئی قید۔ ہاں مچھلی تازہ ہونی چاہیے۔ پاکستان میں مچھلی رکھنے کا فن کم ہے۔ غلطی کی وجہ سے مچھلی کے جسم پر بیکٹیریا حد سے زیادہ پیدا ہو جاتے ہیں۔ ایسی مچھلی نقصان دیتی ہے۔ کراچی میں رہنا مچھلی کھانے کی کوئی شرط نہیں ہے۔ ویسے فطری طور پر ساحلی علاقے کے لوگ مچھلی کی طرف توجہ دیتے ہیں۔ اہم شہروں میں لوگ بکثرت گوشت کھا کر بیمار ہو رہے ہیں۔ ایک صحت مند جسم کو ہفتے میں زیادہ سے زیادہ دو بار گوشت کی ضرورت ہے۔ پھر گائے کے گوشت کا زیادہ استعمال مسلمہ طور پر مضر صحت ہے۔ اس کا کھانا ترک کرنا چاہیے۔ گائیوں کو پالنا چاہیے اور ان کے دودھ سے فائدہ اٹھانا چاہیے۔

احتلام کی کثرت

(محمد لطیف۔۔۔ہارون آباد)

عمر 24 برس، الحمدللہ صحت مند ہوں، لیکن کثرتِ احتلام کی شکایت مجھے کئی سال سے ہے۔ علاج کے لیے معالج کے پاس جاتے ہوئے شرماتا ہوں۔ برائے مہربانی کوئی مفید دوائی نسخہ تحریر فرما دیجئے۔ تاکہ مجھ جیسے ہزاروں نوجوانوں کا بھلا ہو جائے۔

جواب:۔ اگر نماز ادا نہ کرتے ہوں تو اس کی پانچ وقت کی پابندی کریں۔ کم از کم رات کو تو نماز پڑھ ہی لیا کیجئے۔ اس سے ذہنی سکون حاصل ہوگا اور قلب کو راحت ملے گی۔ یہ سکون اور راحت آپ کو احتلام سے نجات دلائے گا۔ میں اس کے لیے آپ کو کوئی دوا کھانے کا مشورہ نہیں دوں گا۔ اگر آپ دن کو کھانا کھاتے ہیں تو رات کا کھانا کم سے کم کر دیں۔ اس سے بھی احتلام رک جائے گا۔ ویسے مہینے میں ۲۔۱ بار احتلام ہونا مرض کی تعریف میں نہیں آتا ہے۔ احتیاط کے طور پر چارٹ سے غذا نمبر 4 کو استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، مجربلیہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اناناس، رس بھری

بچوں کی دنیا میں بچوں سے باتیں

ان عظیم شخصیات کے نام جو پہلے عظیم بچے تھے اور عظیم لوگوں کی تربیت سے ہی وہ کامل بنے

تلاوتِ قرآن قربِ الٰہی کا ذریعہ:۔

حضرت امام احمد بن حنبلؒ کا واقعہ ہے کہ انہوں نے اللہ تعالیٰ کو خواب میں دیکھا (یاد رہے کہ اللہ تعالیٰ کو دیکھنے سے مراد ان کی خاص تجلیات کی زیارت ہے) حضرت امام احمد بن حنبلؒ فرماتے ہیں کہ میں اللہ تعالیٰ سے عرض کیا کہ آپ کا قرب حاصل کرنے کا سب سے بڑا ذریعہ کیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ''قراۃ القرآن۔ یعنی قرآن کا کثرت سے پڑھنا۔ امام صاحب نے عرض کیا **بفھم او بلا فھم** یعنی قرآن کو سمجھ کر پڑھا جائے یا بلا سمجھے؟ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا **بفھم او بلا فھم** یعنی سمجھ کر اور بلا سمجھے دونوں طرح۔

(مرسلہ: مرسلین احمد۔۔۔کوئٹہ)

سب سے بڑا جھوٹ:۔

حضرت واثلہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا سب سے بڑا جھوٹ یہ ہے کہ کسی شخص کی اس کے والد کی بجائے کسی دوسری طرف نسبت کی جائے یا کوئی شخص ایسی چیز دیکھنے کا دعویٰ کرلے جو اس نے نہ دیکھی ہو یا وہ رسول اللہ ﷺ کی طرف ایسی بات کی نسبت کرلے جو آپ نے نہ فرمائی ہو۔ (بخاری شریف) (مرسلہ: واسع جبین۔۔سکھر)

سلطنت کی قیمت:۔

حکایات میں ایک بزرگ کا واقعہ لکھا ہوا ہے کہ انہوں نے اپنے عہد کے بادشاہ سے ایک دن پوچھا کہ اگر تم اتفاقاً شکار کے لیے کہیں جاؤ اور راستہ بھول کر تن تنہارہ جاؤ اور اس وقت تمہیں شدت سے پیاس لگے۔ حتیٰ کہ اس کے باعث تمہیں یوں محسوس ہو کہ اب شاید جان ہی نکل جائے گی اور اسی مشکل وقت میں کوئی شخص تمہارے پاس ایک پیالہ پانی لائے اور یہ مطالبہ کرے کہ اگر آدھی سلطنت اس کے نام کردی جائے تو تمہیں پانی کا پیالہ ملے گا۔ تو کیا تم آدھی سلطنت دے کر وہ پانی کا پیالہ خریدو گے یا نہیں؟ بادشاہ نے کہا کیوں نہیں۔ میں ضرور خرید لوں گا۔ بزرگ نے پھر کہا اگر اتفاق سے تمہارا پیشاب بند ہوجائے اور اس مشکل سے نجات کی کوئی صورت بھی نظر نہ آئے۔ ایسے میں ایک شخص آئے اور کہے کہ اپنی آدھی سلطنت مجھے دیدو تو میں تمہیں صحت یاب کردوں گا اس صورت میں کیا تم اپنی باقی آدھی سلطنت بھی اسے دے دو گے۔ بادشاہ نے کہا بالکل میں بقیہ نصف سلطنت بھی اس کو دے دوں گا۔ بزرگ یہ جواب سن کر مسکرائے اور فرمایا۔ بادشاہ سلامت آپ کی سلطنت کی یہ قیمت ہے...... ایک پیالہ پانی اور ایک پیشاب...... لیکن آپ اس سلطنت کی محبت میں اس قدر غرق ہیں کہ یادِ الٰہی سے محروم ہوگئے۔

(مرسلہ: زیب قادر۔ لالہ موسیٰ)

بیت اللہ کو جانے والا لڑکا:۔

شیخ فتح موصلیؒ بیان فرماتے ہیں۔ میں نے جنگل میں ایک نابالغ لڑکا دیکھا جو راستے میں چل رہا تھا اور اس کے لب حرکت کررہے تھے۔ میں نے سلام کیا۔ اس نے جواب دیا میں نے پھر سوال کیا صاحبزادے کہاں جارہے ہو؟ کہا بیت اللہ کو جاتا ہوں، میں نے پوچھا کن الفاظ کے ساتھ لبوں کو حرکت دیتے ہو؟ لڑکے نے کہا قرآن کے ساتھ، میں نے کہا ابھی تک تم پر حج فرض نہیں ہوا؟ لڑکے نے کہا موت کو دیکھتا ہوں کہ مجھ سے چھوٹوں کو لے رہی ہے...... پھر میں نے کہا ...... تمہارے قدم چھوٹے ہیں اور راستہ دور کا ہے۔ کہا مجھ پر قدم اٹھانا اور خدا پر منزل مقصود پر پہنچانا ہے۔ اس نے کہا اے چچا کوئی مخلوق میں سے تم کو اپنے گھر بلائے تو کیا یہ مناسب ہے کہ تم اپنے ساتھ کھانا لیکر اس کے گھر جاؤ؟ میں نے کہا نہیں، لڑکے نے کہا میرا سردار اپنے بندوں کو اپنے گھر بلاتا ہے اور ان کو گھر کی زیارت کی اجازت دیتا ہے۔ ان کے ضعیف یقین نے انہیں توشہ لینے پر آمادہ کیا اور میں اس کو برا جانتا ہوں، ادب کا لحاظ کرتا ہوں۔ پھر لڑکے نے مجھ سے پوچھا کیا تمہیں گمان ہے کہ وہ مجھے ضائع و برباد کردے گا۔ میں نے کہا ہرگز نہیں۔ یہ کہہ کر لڑکا میری نظر سے غائب ہوگیا۔ پھر میں نے اسے مکہ میں دیکھا اور اس نے مجھے دیکھا اور کہا اے شیخ تم ابھی تک ضعیف یقین ہی پر ہو (روض الریاحین)

(مرسلہ: عطیہ کوثر۔ لاہور)

عظیم باپ کا عظیم بیٹا:۔

حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کے والد غلام تھے، اپنے مالک کے باغ میں کام کرتے تھے، ایک مرتبہ مالک باغ میں آیا اور کہا ''میٹھا انار لایئے'' مبارکؒ ایک درخت سے انار توڑ کر لائے، مالک نے چکھا تو کھٹا تھا، اس کی تیوری پربل آئے۔ کہا ''میں میٹھا انار مانگ رہا ہوں، تم کھٹا لائے ہو'' مبارکؒ جاکر دوسرے درخت سے انار لائے، مالک نے کھا کر دیکھا تو وہ بھی کھٹا تھا، غصہ ہوئے، کہنے لگے ''میں نے تم سے میٹھا انار مانگا ہے اور تم جاکر کھٹا لے آئے ہو'' مبارکؒ گئے اور ایک تیسرے درخت سے انار لیکر آئے، اتفاقاً وہ بھی کھٹا تھا، مالک کو غصہ بھی آیا اور تعجب بھی ہوا، پوچھا ''تمہیں ابھی تک میٹھے کھٹے کی تمیز اور پہچان نہیں'' ...... مبارکؒ نے جواب میں فرمایا ''میٹھے کھٹے کی پہچان کھا کر ہی ہوسکتی ہے اور میں نے اس باغ کے کسی درخت سے کبھی کوئی انار نہیں کھایا'' ...... مالک نے پوچھا ''کیوں''؟ ...... مبارکؒ نے جواب دیا کہ جناب وہ اس لیے کہ آپ نے باغ کی رکھوالی کی ذمہ داری مجھے سونپی تھی، باغ سے کھانے کی اجازت نہیں دی ہے اور آپ کی اجازت کے بغیر میرے لئے کسی انار کا کھانا کیسے جائز ہوسکتا ہے''؟ ...... یہ بات مالک کے دل میں گھر کرگئی ...... تحقیق کرنے پر معلوم ہوا کہ واقعتاً مبارکؒ نے کبھی کسی درخت سے کوئی انار نہیں کھایا۔ مالک اپنے غلام مبارکؒ کی اس عظیم دیانت داری سے اس قدر متاثر ہوئے کہ اپنی بیٹی کا نکاح ان سے کردیا۔ اسی بیٹی سے حضرت عبداللہ بن مبارکؒ پیدا ہوئے، حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کو اللہ جل شانہ نے علمائے اسلام میں جو مقام عطا فرمایا ہے وہ محتاج تعارف نہیں۔

(مرسلہ: عبدالماجد۔ کراچی)

جو شخص انتقام کے طریقوں پر غور کرتا رہتا ہے اس کے زخم ہمیشہ تازہ رہتے ہیں۔ (بوعلی سینا)

آپ کی صحت اور ماہِ فروری

اگر آپ مغز بادام اور کشمش ملا کر صبح تا شام روزانہ نصف چھٹانک جیب میں رکھ کر آہستہ آہستہ کھاتے رہیں تو یہ آپ کے حافظے کا محافظ، اعصابی قوت کے لیے مژدہ جان افرا ہوگا

ماہ فروری موسم سرما کے عہد شباب کی دوسری منزل ہے۔ اس مہینہ کی سرما کی شدت اور ماہ جنوری کے موسمیاتی شباب میں کچھ زیادہ فرق ہوتا لیکن موسمی تقاضوں کے امتیاز سے یہ مہینہ جنوری کی نسبت زیادہ احتیاط، ہوش مندی اور پیش بندی کا متقاضی ہے۔ کیونکہ عام مشاہدے کی بات ہے کہ عامتہ الناس کی اب غالب اکثریت جس میں اچھے خاصے مدبر نما اور صحت مند حضرات بھی شامل ہیں، قریب قریب غیر محتاط ہوتے ہیں۔ جس کے نتیجے کے طور پر اس ماہ میں بیمار ہونے والوں کا تناسب جنوری کے مقابلے میں کہیں زیادہ ہوتا ہے۔ اکثر صاحب حیثیت اور غیر اعتدال پسند حضرات، موسم بہار کی آمد کے آثار کے پیش نظر سرد ہواؤں کے تھپیڑوں کو اپنی صحت و توانائی کے لیے مفید سمجھتے ہوئے لباس کے معاملے میں تو جدت و تبدیلی اختیار کر لیتے ہیں لیکن گرم و خشک میوہ جات کے استعمال کے سلسلے میں اپنی روش میں ذرہ بھر تبدیلی نہیں کرتے اور حسب حیثیت گرم میوہ جات دسمبر و جنوری کی روایات کے مطابق استعمال کرتے رہتے ہیں۔ جس کا بدیہی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی شریانوں میں دوڑنے والا خون جو سابقہ دو ماہ میں گرم غذاؤں بالخصوص مچھلی، مرغ کا گوشت، اور گرم میوہ جات کے استعمال سے اچھا خاصا گاڑھا ہو چکا ہوتا ہے، مزید گاڑھا ہونے لگتا ہے اور قدرتی طور پر اس سے نہ صرف خون کی حدت اضافہ پذیر ہونے لگتی ہے بلکہ طبع و مزاج میں بھی شدت پیدا ہو جاتی ہے۔

کچھ خشک میوہ جات کے بارے میں:۔ خشک میوہ جات میں مونگ پھلی غربا کا خشک پھل ہے۔ یہ پھل اور اس کا مغز لذیذ اور خستہ ہوتا ہے۔ اگر نیم گرم ہو جائے تو کیا کہنے۔ مگر یہ بات یاد رکھنے سے تعلق رکھتی ہے کہ مونگ پھلی بکثرت کھانے سے گلہ خراب ہو جاتا ہے اور بہت زیادہ استعمال سے اچانک خونی مروڑ اٹھتے ہیں، حتیٰ کہ بڑے لوگوں کو خونی پیچش شروع ہو جاتی ہے۔ اس لیے اس کا کثرت سے کھانا خطرے سے خالی نہیں۔ اس کی مقدار خوراک نصف چھٹانک تک ہے۔

ہندوؤں کے ممتاز لیڈر گاندھی جی مونگ پھلی اس قدر بہتات سے استعمال کرتے تھے کہ خدا کی پناہ اور ساتھ اپنی بکری کا دودھ جسے وٹا منز بھی کھلائے جاتے تھے استعمال کرتے۔ چھٹی صدی ہجری کا طبیب نوح بن قمری، جو یہودی تھا، کو مونگ پھلی بہت مرغوب تھی۔

معلوم ہوتا ہے کہ یہ پھل چھٹی صدی ہجری سے پہلے بھی تھا۔ چونکہ ۴۶۰ سال قبل کے دانشور اور طبیب بقراط نے بھی اس خشک پھل کا ذکر کیا ہے۔ مگر بقراط کا کہنا ہے کہ یہ پھل گلے کے امراض میں زہر قاتل کا حکم رکھتا ہے۔

چلغوزے:۔ ان کا مغز پرلے درجے کا مقوی اعصاب ہے۔ اعصابی توانائی کا مظاہرہ کرنے والے اس سے استفادہ کر سکتے ہیں۔ اس پھل کا بکثرت استعمال صداع عصبی (سر درد) پیدا کرنے کا موجب ہے۔ زیادہ سے زیادہ ایک تولہ مغز تک جائز ہے۔ ہاں اگر آپ ہم وزن سوگی ملا کر کھائیں تو کافی حد تک بے ضرر بھی اور فرحت افزاء بھی ہے۔ اگر آپ مغز بادام کے برابر کشمش ملا کر صبح تا شام روزانہ نصف چھٹانک جیب میں رکھ کر آہستہ آہستہ کھاتے رہیں تو یہ آپ کے حافظے کا محافظ، اعصابی قوت کے لیے مژدہ جانفزا ہوگا۔ دبلے پتلے جسم میں فربہی عطا کرنے میں ید طولیٰ رکھتا ہے۔

احتیاطی تدابیر:۔ فروری میں رونما ہونے والے چھوٹے بڑے ہر نوع کے عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے اگر مناسب غذا کی تدابیر اختیار کی جائیں تو نہ صرف یہ مہینہ بھی اپنی تمام تر شدت آفرینیوں کے باوجود بخیر و خوبی گزر سکتا ہے بلکہ ماہ مارچ میں ظہور پذیر ہونے والے ممکنہ عوارض کا خدشہ بھی لاحق نہیں رہتا۔ یہ احتیاطی تدابیر حسب ذیل ہیں۔

1- اس مہینے کے ناشتہ میں لیس دار اور ثقیل غذاؤں سے حتی الامکان گریز کرنا چاہیے۔ مثال کے طور پر بڑے گوشت کی نہاری، سری پائے کا شوربہ یا سالن بطور ناشتہ استعمال کرنا نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

امراض کا یقینی روحانی علاج

(مراسلہ: طاہر کریم۔۔۔گلگت)

پیارے حکیم صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ''ماہنامہ عبقری'' کا مستقل قاری ہوں اور آپ کا ماہنامہ پوری لگن سے پڑھتا ہوں۔ مجھے اس سے روحانی طور پر بہت زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔ آئندہ کے شمارے کے لیے میں اپنی تحریر بھیج رہا ہوں شائع کر کے شکریہ کا موقع دیں۔ انشاء اللہ امت کو فائدہ ہوگا۔

ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ میں ایسا شدید بیمار ہوا کہ مجھے اور دیکھنے والوں کو میری زندگی سے ناامیدی ہوگئی۔ میں اسی تکلیف شدید میں مبتلا تھا کہ میں نے شب جمعہ کو خواب میں دیکھا کہ ایک شخص میرے پاس تشریف لائے اور میرے سرہانے بیٹھ گئے۔ ان کے پیچھے بہت سی مخلوق آئی اور وہ داخل ہوتے وقت پرندوں کی شکل میں تھے اور بیٹھنے کے بعد آدمیوں کی شکل بن گئی۔ وہ داخل ہوتے رہے اور میں دروازے کو دیکھتا رہا سب وہ داخل ہو چکے تو اس شخص نے سر اٹھایا اور فرمایا کہ میں اس شہر میں تین آدمیوں کی عیادت کے لیے آیا ہوں۔ ایک تو یہ شخص (میری طرف اشارہ کر کے فرمایا) دوسرا صالح خاقانی (میں انکو اس سے پہلے نہیں جانتا تھا) تیسرے ایک عورت (جس کا نام نہ لیا) پھر اپنا ہاتھ میری پیشانی پر رکھ کر یہ دعا پڑھی۔ **بِسْمِ اللّٰهِ رَبِّیَ اللّٰهُ حَسْبِیَ اللّٰهُ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللّٰهِ اِعْتَصَمْتُ عَلَى اللّٰهِ فَوَّضْتُ اَمْرِی اِلَى اللّٰهِ مَا شَآءَ اللّٰهُ لَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ**

پھر مجھ سے فرمایا۔ ان کلمات کو بہت پڑھا کرو۔ اس میں ہر بیماری سے شفا ہے اور ہر تکلیف کی کشائش اور ہر دشمن پر کامیابی ہے۔ پہلے پہل اسے عالمین عرش نے پڑھا تھا، جب انہیں عرش کے اٹھانے کا حکم ہوا اور قیامت تک اسے پڑھتے رہیں گے۔ ایک شخص نے جو آپ ﷺ کے دائیں یا بائیں جانب بیٹھے تھے پوچھا کہ یا رسول اللہ ﷺ اگر کوئی اسے دشمن کے مقابلے کے وقت پڑھے۔ فرمایا واہ واہ اس میں فتح و نصرت اور خوشخبری ہے۔ میں نے خیال کیا کہ وہ حضرت ابوبکرؓ ہیں۔ میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ یہ حضرت ابوبکرؓ ہیں؟ فرمایا یہ میرے چچا حضرت حمزہؓ، پھر اپنے دست مبارک سے بائیں طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ شہداء ہیں۔ پھر پیچھے کی طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ صالحین ہیں۔ پھر آپ ﷺ تشریف لے گئے۔ میں بیدار ہوا تو میری بیماری جاتی رہی اور صبح تک پہلے سے بھی زیادہ تندرست ہو گیا۔

(وَالْحَمْدُلِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ)

کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ

ساری رات تکلیف میں گزاری، خدا خدا کر کے صبح ہوئی تو چاچا یوسف نے ایک پاؤڈر دیا جسے کھاتے ہی میں بفضلِ تعالیٰ صحت یاب ہو گیا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے۔ بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

(تحریر: عزیز الرحمٰن چمن۔۔۔پشاور)

چاچا محمد یوسف (تندی والے) جو کہ ہمارے دور کے رشتے دار ہیں۔ وہ پورے ہندوستان کے ہر شہر، ہر بستی اور گاؤں گاؤں پھرے تھے۔ اسکی وجہ کاروباری ہوتا تھی۔ چونکہ جنگ عظیم کا زمانہ تھا اور انگریز اپنی افواج کی خوراک کے لیے ''رودہ'' یعنی بکرے کی آنتوں میں قیمہ بھر کر ان افواج کو محاذ پر بھیجا جاتا تھا۔ لہٰذا پورے ہندوستان کی سیر و سیاحت ان کا شوق اور کاروباری ضرورت تھی۔ یہ واقعہ ہندوستان کے صوبہ گجرات کے بہت بڑے صنعتی شہر احمد آباد کا ہے۔ ہمارے بزرگ راوی فرماتے ہیں کہ احمد آباد کے قرب و جوار کے قصبات اور دیہات سے مال اکٹھا کرنے میں دو یا تین دن تھے۔ لہٰذا مجھے وہاں رات رہنا پڑا اور فضول اِدھر اُدھر گشت کرتا رہا۔ ایک میدان میں آگ روشن تھی وہاں کافی رش تھا اور بہت سارے لوگ اکٹھے ہو رہے تھے۔ جب میں نزدیک ہوا تو معلوم پڑا کہ یہاں پر ایک صاحب کرتب دکھا رہے ہیں۔ دو بانس ایک طرف کراس بندھے ہوئے ہیں اور اس طرح دوسری طرف بھی اسی طرح بندھے بانس کے درمیان سے ایک مضبوط رسی دوسرے بانس تک باندھی جاتی ہے اور اس رسی کو خوب کس کر بندھا جاتا ہے اور پھر اس رسی پر وہ صاحب اپنا کرتب دکھاتا ہے اور بعد میں تماشہ دیکھنے والوں سے بصد شکریہ اپنا انعام وصول کرتا ہے۔ اب ہوا یہ ہے کہ وہ کرتب دکھانے والا اپنا توازن قائم نہ رکھ سکا اور اوپر سے نیچے زمین پر گر گیا اور لوگ جو کہ بیٹھے تھے، کھڑے ہو گئے اور تمام مجمع سے ایک ساتھ ایک قسم کی چیخ نکل گئی اور اس شخص نے معمولی حرکت اور اور پھر ساکت ہو گیا؟؟ لیکن اس کے قبیلے کے لوگ جن میں خواتین و حضرات موجود تھے، اس زخمی کو چارپائی پر ڈال کر اپنے خیمے میں لے گئے۔ ان تمام تماش بینوں میں سے صرف میں ہی اس خیمے تک پہنچ گیا اور اس زخمی سے اس کی خیریت دریافت کی اور ایک روپیہ دودھ کے لئے اور کھانے کے لیے پھکری کا کہہ کر آگیا۔

میرا خیال تھا کہ کم از کم 10/15 دنوں تک اس زخمی کا صحت یاب ہونے کا امکان نہیں ہے۔ مگر میری حیرت کی انتہا ہو گئی کہ دوسرے دن یعنی رات کو پھر وہی آدمی کرتب دکھا رہا تھا۔ اب میری حیرت نے مجھے مجبور کیا کہ جب کرتب ختم ہوں تو ان صاحب سے پوچھوں۔ میں بعد میں ان کی صحت یابی اور مبارک باد کے لیے ان کے خیمے کی طرف چلا گیا۔ میں نے اس زخمی سے پوچھا کہ کیا پھکری نے اتنا اچھا عمل کیا۔ مگر زخمی نے جواب دیا نہیں اور اس نے ایک بوتل مجھے دکھائی کہ یہ دوائی کھائی ہے۔ اس بوتل میں زردی مائل پاؤڈر تھا۔ میں نے پوچھا کہ اس میں کیا ہے؟ تو انہوں نے کہا کہ یہ صرف ایک بوٹی ہے۔ اور میں نے مزید سوال کرنا مناسب نہ سمجھا اور 2 روپے دیکر میں واپس آگیا۔ پھر تیسرے دن میں یعنی دن کے وقت ان کے خیمہ میں پہنچ گیا۔ انہوں نے میرا استقبال کیا اور مجھے بڑے احترام سے بٹھایا اور کہا میں آپ کے لیے چائے بنا کر لاتا ہوں۔ مگر چونکہ میں چائے نہیں پیتا تھا۔ لہٰذا میں نے معذرت چاہی اور ان کو پانچ کا نوٹ انعام دیکر واپس ہوا اور پھر چوتھے دن میں گیا اور اس ارادہ سے گیا کہ آج یہ نسخہ ان سے لیکر آؤنگا۔ میں جب ان کے ڈیرے (خیمہ) میں پہنچا تو تمام کے تمام لوگ دست بستہ کھڑے ہو گئے مجھے ان کے چمکتے دمکتے چہرے بڑے پیارے اور خلوص و محبت سے پُر معلوم ہوئے۔ آمدم برسر مقصد: مزاج پرسی کے بعد میں نے مطلب کی بات کر دی (میں اپنا پورا تعارف کرا چکا تھا کہ میں کہاں سے آیا ہوں اور جب انہیں معلوم ہوا کہ وہ پہاڑی علاقہ ہے، وہ بہت خوش ہوئے) میں نے کہا جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ میرا علاقہ پہاڑی ہے۔ اکثر لوگ غلطی سے کسی نہ کسی طرح گرتے رہتے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ مجھے پوری تفصیل سے بتائیں کہ آپ نے کیا کیا اور کس طرح یہ پاؤڈر کھایا۔

اب آپ نوٹ کریں انہوں نے بتایا کہ ایک پاؤ گرم دودھ 1/2 چھٹانک دیسی گھی اور ایک ماشہ پاؤڈر منہ میں ڈال کر گھی ملا دودھ اوپر سے پی لیں۔

ہمارے پشاور میں خاص کر قبرستانوں میں جب قبر کھودی جاتی ہے تو لمبی لمبی جڑیں ہوتی ہیں۔ یہ گانٹھ دار جڑیں ہوتی ہیں۔ جسے مقامی زبان یعنی پشتو میں ذرب اور کھبل بھی کہتے ہیں۔ اگر ننگے پاؤں اس گھاس پر چلا جائے تو یہ تلوؤں میں چبھتی ہے۔ سخت گرمیوں میں اس کا رنگ یعنی پتوں کا رنگ پیلا ہو جاتا ہے۔ ان زرد پتوں کو پانی میں ڈال دیا جائے تو کچھ دیر کے بعد یہ پتے سبز ہو جاتے ہیں۔ دراصل یہ بالکل عام باغوں یا پارکوں میں سبز رنگ کی جو گھاس ہوتی ہے بالکل اسی شکل کی ہوتی ہے۔ جسے گھاس کاٹنے کی مشین کے ساتھ کاٹا جاتا ہے۔ مالی اسے پارک میں ہر طرف دھکیلتا رہتا ہے۔ شکل تو ایک ہی طرح کی ہوتی ہے مگر اس گھاس پر ننگے پاؤں پھرنے سے کچھ نہیں ہوتا۔ بلکہ حکماء حضرات کے مطابق صبح اس گھاس پر ننگے پاؤں پھرنا صحت کی نشانی ہے۔

نسخہ ھوالشافی:۔ درب یا کھبل کی لمبی جڑیں چھاؤں میں خشک کر کے ان جڑوں کو آہن دستہ میں باریک پیس کر اور باریک چھلنی سے اسے چھان کر بوتل میں زردی مائل سفوف محفوظ کریں۔ دیسی گھی 1/2 چھٹانک ایک گلاس گرم دودھ میں ڈال کر ایک ماشہ سفوف منہ میں ڈال لیں اور اگر دیسی گھی 1/2 چھٹانک سے آدھا کر دیا جائے تو شاید موجودہ حالات میں بہتر ہو لیکن اگر کمی بیشی کی ضرورت پڑے، تو کر لیں۔ اللہ تبارک تعالیٰ کے فضل و کرم سے مریض انشاء اللہ صحت یاب ہو جائیگا۔

ہوا یہ کہ میں جب لڑکا تھا تو میں اکثر نہر پر نہانے جایا کرتا تھا۔ ایک دفعہ خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ میں نے پل کی دیوار پر چڑھ کر اوپر سے چھلانگ لگائی۔ اتفاق سے میرا توازن قائم نہ رہ سکا اور میری ٹانگیں میری گردن کے ساتھ لگ گئیں اور میری چیخ نکل گئی۔ میری کمر (ریڑھ کی ہڈی میں) شدید ترین درد تھا۔ میں جب پانی میں پہنچا تو مجھے کوئی ہوش نہیں تھا اور مجھے تارے نظر آنے لگے۔ مگر کچھ لمحوں بعد میں ٹھیک ہو گیا اور جب گھر کو روانہ ہوا تو مجھ سے چلا نہیں جاتا تھا۔ دو لڑکوں نے مجھے سہارا دیکر گھر تک پہنچایا۔ ساری رات تکلیف کے ساتھ برا حال رہا اور پوری رات سو نہ سکا۔ خدا خدا کر کے صبح ہوئی تو چاچا یوسف سے بات کی تو انہوں نے مندرجہ بالا نسخہ مجھے دیا یعنی پاؤڈر جسے میں نے فوراً کھا لیا۔ بفضل تعالیٰ صرف ایک دفعہ کھا کر میں صحت یاب ہو گیا۔ **نوٹ:** قارئین اس کا آسان اور مناسب سمجھ آنے والا نام پہچان اور مزید تحقیق کے سلسلے میں بندہ نے کتب سے رجوع کیا۔ مندرجہ ذیل حوالہ ملاحظہ فرمائیں۔ (**ایڈیٹر**)

دوب:۔ عربی: عشب پنجابی: دب فارسی: مرغ۔ مرگ انگریزی: (Couch Grass) (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

انسانی بچہ میں اللہ تعالیٰ کی عظمت کا اظہار

اگر حق تعالیٰ شانہٗ نومولود کو دودھ پینے کا الہام نہ فرمائیں تو دنیا کا کوئی طبیب یا ڈاکٹر یا سائنسدان بچے کو دودھ پینا نہیں سکھا سکتا

تحریر: غلام مصطفیٰ صاحب ماہر امراض بچگان ۔۔۔ نشتر میڈیکل کالج وہسپتال ملتان

بچے دنیا میں اللہ پاک کی معصوم مخلوق ہیں اور حدیث کے مفہوم کے مطابق سب ہی نیک فطرت پر پیدا ہوتے ہیں۔ اللہ پاک نے انہیں بنانے میں جس کاریگری کا مظاہرہ کیا ہے، انسانی عقل اس پر انگشت بہ دندان ہے۔ اللہ تعالیٰ کی سب قدرتوں کا احاطہ کرنا تو انسانی عقل کے بس کی بات ہی نہیں۔ جن باتوں کی اب تک ڈاکٹروں اور سائنسدانوں کو سمجھ آئی ہے۔ وہی حیران کر دینے والی ہیں۔ مثلاً پیدائش کے وقت بچے کسی بھی رنگ، نسل اور مذہب کے ہوں یا کسی بھی علاقے سے تعلق رکھنے والے ماں باپ کے ہاں پیدا ہوں، ان کے جسم کی ساخت اور ابتدائی عادات ایک جیسی ہوتی ہیں۔ پیدائش کے بعد بچے کا رونا ایک معروف بات ہے۔ بچہ چاہے غریب کا ہو یا امیر کا لیکن پیدائش کے بعد رونا اس کی زندگی کی علامت ہے۔ اسی رونے سے بچے کے پھیپھڑے پھیلتے ہیں اور بچہ اس دنیا میں میں سانس لینے کے قابل ہوتا ہے۔ یہ بات اللہ تعالیٰ ہی نے بچے کے جسم کو سکھائی ہے کہ جیسے ہی بچے کو ماں سے آکسیجن کا ملنا ختم ہوتا ہے تو اسی وقت بچے کے رونے سے اس کے پھیپھڑے پھیل جاتے ہیں اور وہ ہوا سے آکسیجن لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔ دراصل پیدائش سے پہلے پھیپھڑوں میں پانی بھرا ہوا ہوتا ہے لہٰذا وہ آکسیجن جذب نہیں کر سکتے، جب بچہ روتا ہے تو چند لمحوں کے لیے پھیپھڑوں میں بہت ہی چھوٹے ایسے سوراخ بنتے ہیں جہاں سے یہ پانی نکل کر خون میں شامل ہو جاتا ہے اور بچہ سانس لینے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اللہ پاک کی قدرت کا کمال یہ ہے کہ یہ سوراخ اس کے فوراً بعد بند ہو جاتے ہیں۔ پیدائش کے بعد بچے کی ضرورت کھانا اور پینا ہوتی ہے۔ اللہ پاک نے اس کا بھی عجیب نظام تیار کیا ہوتا ہے۔ اللہ پاک نے ہر انسان کے جسم میں پسینہ پیدا کرنے والے غدود بنائے ہیں لیکن ماں میں انہی پسینے والے غدود میں سے چند ایک کو اللہ کریم اس انداز سے بناتے ہیں کہ اُن سے پسینے کی بجائے دودھ نکلتا ہے۔ یہ دودھ اُس وقت تک بچے کی مکمل غذا (کھانا بھی، پینا بھی) ہے جب تک وہ دوسری چیزیں کھانے کے قابل نہیں ہو جاتا۔ انسانی ہاتھوں کا بنایا ہوا کوئی بھی دودھ، ماں کے دودھ کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔

اس کے ساتھ ساتھ یہ اللہ کی قدرت کا کمال ہے کہ اگر بچہ پورے نو ماہ کا پیدا ہوتا ہے تو اللہ پاک اس کے لیے اس کے جسم کے مناسب دودھ ماں کو عطا فرماتے ہیں اور اگر بچہ سات یا آٹھ ماہ کے حمل کے بعد پیدا ہو تو ماں کا دودھ بھی ایسے بچے کی ضرورت کے مطابق تیار ملتا ہے۔ غرض یہ کہ اللہ کریم کی کس کس قدرت کو انسان سوچے اور غور کرے۔ پھر بچے کو پیدائش کے فوراً بعد دودھ پینا کون سکھاتا ہے؟ اللہ پاک نے یہ کام بھی خود ہی کر رکھا ہے۔ پیدائش کے بعد جیسے ہی ماں اپنا دودھ بچے کے گال سے لگاتی ہے تو بچہ فوراً اپنا منہ اس طرف کر لیتا ہے اور پھر جیسے ہی دودھ کا سرا بچے کے ہونٹوں پر لگتا ہے بچہ بن دیکھے ہی اسے منہ میں لے لیتا ہے۔ پھر دودھ کھینچنے کا عمل بھی اللہ کریم ہی نے اسے سکھا رکھا ہے ورنہ کسی اور کے بس کی یہ بات نہیں تھی۔ (اگر حق تعالیٰ شانہٗ نومولود کو اس کا الہام نہ فرمائیں تو دنیا کا کوئی طبیب یا ڈاکٹر یا سائنسدان بچے کو دودھ پینا نہیں سکھا سکتا) بچے کے سر کی ہڈیاں بنانے میں بھی اللہ پاک کی قدرت کا عجیب اظہار ہے۔ بچے کی کھوپڑی میں بہت سی ہڈیاں ہیں جن کو اللہ پاک نے مضبوط جھلیوں کے ساتھ جوڑا ہوتا ہے، پیدائش کے وقت چونکہ سر خاصا بڑا ہوتا ہے اس لئے پیدائش میں دقت ہو سکتی تھی، اس کا انتظام اللہ پاک نے یہ کیا کہ یہ ہڈیاں ایک دوسری کے اوپر چڑھ جاتی ہیں اور وقتی طور پر سر چھوٹا ہو کر آسانی کے ساتھ پیدائش کے راستے سے نکل آتا ہے، اسی طرح اگر یہ ہڈیاں بڑوں کی طرح جڑی ہوتیں تو بچے کا دماغ بڑھ نہیں سکتا تھا۔ ہڈیوں کی اسی بناوٹ کی وجہ سے جیسے جیسے بچے کا دماغ بڑا ہوتا جاتا ہے، بچے کی کھوپڑی بھی بڑھتی جاتی ہے۔ اس طرح کی بناوٹ کا فائدہ یہ ہے کہ سر کی چوٹ کو بچے زیادہ برداشت کر سکتے ہیں۔ ورنہ بچے جس طرح شرارتیں کرتے ہیں اور گرتے رہتے ہیں تو ہر روز سر کی ہڈیاں ٹوٹتی رہتیں، سر کی ہڈیوں کے علاوہ اللہ پاک نے بچوں کی (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر ملاحظہ کریں)

ٹی بی کا شافی علاج ✹ قوتِ ارادی مضبوط ✹ نوکری نہیں ملتی ✹ حاسد کی بری نظر ✹ شادیوں میں رکاوٹ

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

ٹی بی کا شافی علاج

(آصفہ۔۔۔کراچی)

میری بہن کو غدود کی تکلیف ہوئی۔ میڈیکل ٹیسٹوں کے بعد ٹی بی تشخیص ہوئی۔ بہن بہت پریشان و دل شکستہ ہے۔ اس کا وزن بھی کم ہو گیا ہے۔ علاج شروع ہوا ہے لیکن دواؤں کا ری ایکشن بھی ہو گیا ہے۔ اب اس کے لیے بھی مختلف ادویات استعمال کر رہی ہیں۔

جواب:۔ صبح شام پانی پر سورۂ یوسف کی پہلی آیت اور سورۂ حشر کی آیت نمبر 23 ایک ایک بار دم کر کے بہن کو پلائیں۔ بہن خود یہ عمل کرے تو زیادہ بہتر ہے۔ بہن کو سمجھائیں کہ خوفزدہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ اللہ پر یقین کے ساتھ علاج اور عمل شروع کر دے۔ آج کل یہ بیماری قابل علاج ہے اور علاج پریشان کن بھی نہیں ہے۔ پوری توجہ اور احتیاط کے ساتھ اچھے معالج کی ہدایت پر عمل جاری رکھا جائے، اللہ تعالیٰ شفا عطا فرمائیں گے۔

اسمائے الٰہی کی برکات

(رقیہ عبدالغنی۔۔۔نواب شاہ)

میں نے شادی کے لیے دو وظائف پڑھے جو اسمائے الٰہی اور سورۂ اخلاص پر مبنی تھے۔ اب وہ وظائف پورے ہونے والے ہیں۔ رشتے کی بات شروع ہوئی لیکن رشتہ طے نہیں ہو سکا۔ آج کل بھی وظائف کا ورد جاری ہے۔ کیا مجھے مزید کچھ مدت یہ وظائف جاری رکھنے چاہئیں یا مجھے کوئی اور دعا پڑھنی چاہیے۔ اس بارے میں آگاہ فرمائیں۔

جواب:۔ وظائف کا مقصد یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کے اسماء کی برکات وصفات سے فیض و مدد حاصل کی جائے اور ان کے وسیلے سے اللہ پاک سے مانگا جائے۔ اللہ تعالیٰ کی حکمت و مشیت کی طرف سے ہر بات کے لیے ایک وقت معین ہے اور اس میں کمی بیشی بھی اللہ تعالیٰ کی رحمت سے ہو سکتی ہے۔ لہٰذا اللہ پر توکل اور یقین کے ساتھ اس کی بارگاہ میں دعا کرتی رہیں کہ جو کچھ آپ کے لیے خیر کا باعث ہو وہ جلد واضح ہو کر سامنے آجائے۔ جب بندہ اللہ پر یقین و توکل سے کام لیتا ہے تو ضرور اسے فائدہ حاصل ہوتا ہے اور اس فائدے کی کئی طرزیں ممکن ہو سکتی ہیں۔ لہٰذا آپ موجودہ وظائف کو مزید چالیس دن پڑھ کر وظائف کی مدت ختم کر دیں۔

قوتِ ارادی مضبوط

(محمد علی۔۔۔جوہر ٹاؤن لاہور)

میں مختلف مسائل کی زد میں ہوں۔ گریجویشن کر رہا ہوں۔ لیکن تعلیمی طور پر روز بروز پیچھے ہوتا جا رہا ہوں۔ حافظہ کمزور ہے اور پڑھنے کو دل نہیں چاہتا۔ مختلف خیالات پریشان کرتے رہتے ہیں۔ اپنے مستقبل اور پڑھائی سے متعلق منصوبے بہت بناتا ہوں لیکن عمل نہیں کر سکتا۔ جسمانی طور پر اتنا کمزور ہوں کہ لوگوں کے سامنے جانے سے کتراتا ہوں۔ والد صاحب کی معاشی حالت اچھی نہیں ہے اور وہ قرض تلے دبے ہوئے ہیں۔

جواب:۔ آپ مختلف پریشانیوں کی وجہ سے ذہنی طور پر دباؤ میں رہتے ہیں۔ اسی لیے ذہنی قوتیں پوری طرح کام نہیں کرتیں۔ اللہ پر یقین اور قوتِ ارادی کے استعمال سے اپنی حالت بدلنے کی کوشش کریں۔ نماز کی پابندی کریں اور ہر نماز میں یہ تصور کریں کہ اللہ تعالیٰ آپ کو ارکان صلوٰۃ ادا کرتے ہوئے ملاحظہ کر رہے ہیں۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اول آخر تین تین بار درود شریف کے ساتھ سورۂ شوریٰ آیت نمبر 19 پانچ بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔

سوچتی زیادہ ہوں

(مریم.....آزاد کشمیر)

میں بہت وہمی ہو گئی ہوں۔ نماز میں بھی کوتاہی کرنے لگی ہوں۔ پہلے کئی سورتیں اور دعائیں پڑھتی تھی، لیکن اب ان میں بھی ناغہ ہونے لگا ہے۔ نماز ادا کرتی ہوں تو یہ احساس ہوتا ہے کہ میں غلط پڑھ رہی ہوں۔ غائب دماغ رہنے لگی ہوں۔ خیالات میں بہت دور نکل جاتی ہوں۔ سوچتی زیادہ ہوں۔

جواب: آپ میانہ روی کا راستہ اختیار کریں۔ صرف نماز ادا کریں اور کوئی وظیفہ نہ پڑھیں۔ روزانہ پھولوں اور قدرتی مناظر کی تصاویر دیکھا کریں۔ صبح کے وقت چند عمدہ چھوہاروں پر سورۂ ھود کی آیت نمبر 57 دم کر کے کھالیا کریں۔ نماز فجر اور نماز مغرب کے بعد چلتے پھرتے خالی الذہن ہو کر اللہ اللہ کا ذکر دل ہی دل میں کیا کریں۔ انشاء اللہ ذہنی حالت میں اعتدال و توازن پیدا ہو جائے گا۔

قرض کا بوجھ

(ظفر شاہد.....سیالکوٹ)

میرا مسئلہ قرض سے متعلق ہے۔ پانچ سال ہو گئے ہیں لیکن قرض کا بوجھ کسی طرح نہیں اترتا۔ بہت کوششیں کرتا ہوں لیکن مسائل ختم ہونے کا نام ہی نہیں لیتے۔ پہلا قرض ہی نہیں اتر پاتا کہ دوسرا مجبوراً لینا پڑتا ہے۔ حالات خراب سے خراب تر ہوتے جا رہے ہیں۔

جواب:۔ روزانہ رات کے وقت اول وآخر چار چار بار درود شریف کے ساتھ آیت الکرسی ایک بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔ انشاء اللہ وظیفے کی برکات سے جلد ایسے اسباب سامنے آئیں گے جن سے ادائے قرض کی سبیل نکل آئے گی۔ حسب استطاعت ضرورت مند افراد کی مالی امداد ضرور کیا کریں۔

اعتماد کا فقدان

(نسیم.....سیالکوٹ)

بی اے کی طالبہ ہوں۔ جسمانی طور پر کمزور ہوں اور آئے دن بیمار ہو جاتی ہوں۔ میرے اندر قوت عمل کی کمی اور اعتماد کا فقدان ہے۔ اگر کوئی مجھ سے کوئی سوال کرے تو جواب آنے کے باوجود ذہن کام نہیں کرتا۔ حافظہ پوری طرح کام نہیں کرتا۔ ذہن میں کوئی بات آجائے تو کئی دنوں تک نہیں نکلتی۔ صبح اٹھنے کے بعد محسوس ہوتا ہے کہ رات کو سوئی نہیں بلکہ جاگتی رہی ہوں۔

جواب:۔ رات سونے سے پہلے وضو کر کے اندھیرے میں بیٹھ جائیں اور آنکھیں بند کر کے تصور کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں۔ اس تصور کے ساتھ ہی دل ہی دل میں پہلا کلمہ سکون و اطمینان کے ساتھ پڑھتی رہیں۔ اندازاً پندرہ منٹ یہ ورد کر کے سو جائیں۔ نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیں۔ آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور اپنی پوری توجہ سانس کے عمل پر قائم رکھیں۔ یہ عمل اندازاً دس منٹ تک جاری رکھا جائے۔ یہ دونوں مشقیں کم از کم تین ماہ تک جاری رکھیں اور اول الذکر عمل جن دنوں میں نہ کر سکیں وہ شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔ اپنے تمام خیالات کا بھی بغور جائزہ لیں اور جو باتیں کسی بھی طرح ذہنی بے سکونی کا باعث ہیں، ان سے ذہنی لاتعلقی حاصل کرنے کی کوشش کی جائے۔

نوکری نہیں ملتی

(سلیم۔۔۔نارووال)

ہمارے گھریلو مسائل میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔ میرا بھائی مستقل بیمار رہنے لگا ہے۔ جہاں بھی کام کرتا ہے لوگ اسے پیسے کم دیتے ہیں یا ٹال دیتے ہیں۔ بڑی مشکل سے اس نے انٹر کا امتحان پاس کیا ہے۔ نوکری بھی ایک مشکل امر ہے اور ملتی بھی نہیں ہے۔

جواب:۔ نماز فجر کے بعد اول گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور پھر سورۂ مزمل پڑھ کر گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ یہ عمل گیارہ بار دہرائیں اور کم از کم نوے دنوں تک پڑھیں۔

اہم کام اور فیصلہ میں رکاوٹ

(فیصل۔۔۔اٹک)

والد کم گو اور نمازی شخص ہیں۔ کسی کا برا نہیں چاہتے اور نہ ہی سوچتے ہیں لیکن ہمارے قریبی رشتہ دار ہماری مخالفت کرتے ہیں اور ان کی نظر ہماری ہر چیز پر ہوتی ہے۔ ہم جب بھی کوئی اہم کام یا فیصلہ کرتے ہیں تو طرح طرح کی رکاوٹیں آنے لگتی ہیں۔ محنت کے باوجود والد صاحب کو حسب توقع فائدہ نہیں ہوتا۔

جواب: والد صاحب سے کہیں کہ وہ نماز فجر یا پھر نماز عشاء کے بعد سورۂ ص کی تلاوت کر کے اس کے معانی پر غور کریں اور اللہ تعالیٰ سے مشکلات کے خاتمے کی دعا بھی کریں۔ اللہ پر توکل کریں اور کسی اندیشے میں گرفتار نہ ہوں۔ انشاء اللہ قدرت کی طرف سے آسانیاں حاصل ہوں گی۔ کم از کم نوے دنوں تک اس معمول پر کاربند رہیں۔

حصول برکت

(جمشید۔۔۔کراچی)

گھر میں مسائل کا ایک سلسلہ ہے۔ والد صاحب کو فالج ہو گیا۔ بھائی کو مستقل کمر درد کی شکایت رہتی ہے۔ گھر میں برکت بالکل نہیں ہے۔ ہزاروں لاکھوں کے حساب سے پیسے آتے ہیں اور سب کسی نہ کسی طرح خرچ ہو جاتے ہیں۔ ذرائع آمدنی کے باوجود قرض کی مصیبت میں گرفتار ہیں۔ افراد خانہ بھی ایک دوسرے سے دور رہتے ہیں اور قلبی اور دلی محبت ناپید ہو گئی ہے۔ سب کے ذہنوں پر وسوسوں کا غلبہ رہتا ہے اور اکثر جادو ٹونے کے خیالات آتے رہتے ہیں۔

جواب:۔ سورۂ حشر کی آیت نمبر 22 اور 23 روزانہ گیارہ بار پڑھ کر، پانی پر دم کر کے والد صاحب اور بھائی کو پلائیں اور یہی آیات نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد سب گھر والے چار چار بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے خیر و برکت کی دعا مانگیں اور ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ انشاء اللہ تمام حالات و معاملات میں خیر و برکت ہو گی۔ جس قدر بھی استطاعت ہو، اس کے مطابق ضرورت مند افراد کی مالی مدد کیا کریں۔

حاسد کی بری نظر

(محمد صادق......بہاولپور)

میں دکان کرتا ہوں لیکن جب سے دکان کھولی ہے، کوشش کے باوجود روز بروز ناکامی کی طرف جا رہا ہوں۔ کسی نے بتایا ہے کہ ایک حاسد کی نظر بد اور عملیات کی وجہ سے صورتحال خراب ہو رہی ہے۔ مشکلات سے نکلنے کے لیے کوئی مؤثر عمل بتائیں نیز محفل میں دعا کرائیں۔

جواب: آپ غور و فکر اور منصوبہ بندی کیساتھ کاروبار کو بہتر بنانے پر توجہ قائم رکھیں، وسوسوں میں گرفتار نہ ہوں، جب بھی دکان کھولیں، سورۂ کوثر سات مرتبہ پڑھکر، ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ جس قدر بھی معاشی حیثیت آپکو حاصل ہے، اس کے مطابق غریبوں کی امداد کیا کریں۔

معاشی مشکلات

(ناصر علی۔۔۔رحیم یار خاں)

میں تقریباً دو سال ملک سے باہر رہا اور آخری دنوں میں حالات کافی بہتر ہو گئے تھے۔ لیکن بعض گھریلو مجبوریوں کی وجہ سے مجھے سب کچھ چھوڑ کر واپس وطن آنا پڑا۔ یہاں حالات کے تحت میری جمع پونجی ختم ہو چکی ہے اور مشکلات میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ مشکلات کے باوجود یہیں کام کرنے کی کوشش کر رہا ہوں لیکن حالات ساتھ نہیں دیتے۔ معاشی مشکلات کے ساتھ ایک خاندان کی کفالت کا فریضہ بھی میرے ذمے ہے۔ کبھی سوچتا ہوں کہ دوبارہ بیرون ملک چلا جاؤں لیکن اس کے حالات بھی نظر نہیں آتے۔

جواب: روزانہ رات کو اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ اکیس مرتبہ آیت الکرسی اور نماز فجر کے فوراً بعد تین سو بار ''یا وہاب'' پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں حالات بہتر ہونے کی دعا کیا کریں۔ یہ دونوں وظائف کم از کم نوے دن تک پڑھے جائیں۔ بفضل تعالیٰ ایسے حالات ایسے سامنے آئیں گے کہ آپ کے لیے فیصلہ کرنا آسان ہو جائے گا۔

شادیوں میں رکاوٹ

(خرم شہزاد۔۔۔سرگودھا)

ہمارے ہاں اکثر شادیاں وٹے سٹے پر ہوتی ہیں۔ میری بہن اور بھائی کی شادیاں بھی قریبی عزیزوں میں طے ہوئیں لیکن 9 سال گزرنے کے بعد بھی شادیاں نہیں ہوئی ہیں۔ بہن کے بالوں میں سفیدی آنے لگی ہے۔ اس کا ہونے والا شوہر نہ جانے کیوں شادی میں تاخیر کر رہا ہے اور ٹال رہا ہے۔ دونوں کی عمریں گزرتی جا رہی ہیں، حالات کے جلد بہتر ہونے کے لیے کوئی بااثر اسم و دعا بتائیں۔

جواب:۔ خاندان کے بزرگوں اور آپ کے والدین کو عملی قدم اٹھانا چاہیے اور کم از کم یہ بات ضرور سامنے آنی چاہیے کہ تاخیر کی کیا وجوہات ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ بہن روزانہ رات کو سونے سے پہلے یا نماز عشاء کے بعد تین سو بار یاوکیل پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں اپنے مسئلے کے متعلق دعا کیا کرے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

زندگیوں کے تجربات سے شلجم کے اچار تک

عجب بدتمیز ہو تم، یہ کیا بکواس ہے۔ شلجم کا اچار ہے، شلجم کا اچار ہے، ساری مجلسِ وعظ ان کی طرف متوجہ ہوگئی

سرگزشت۔۔۔ عبدالمجید سالک

جیل کی زندگی میں لطیفوں کی کمی نہ تھی۔ ایک دن شاہ صاحب نے قصہ سنایا کہ پٹنہ میں ایک مولوی صاحب وعظ فرما رہے تھے جس میں ''لا تنابز و ابالقاب'' کی تفسیر کے سلسلے میں انہوں نے یہ بھی فرمایا کہ کسی کی چڑ مقرر نہ کرنی چاہیے۔ یعنی کوئی ایسی بات نہ کہنی چاہیے جس سے دوسرا شخص چڑ جائے۔ مجلس وعظ میں ایک مقامی تحصیل دار صاحب بھی بیٹھے ہوئے تھے۔ انہوں نے پاس بیٹھے ہوئے ایک صاحب سے کہا کہ لوگ یونہی چڑ جاتے ہیں۔ اگر کوئی شخص کسی کو چڑانے کی کوشش کرے اور وہ نہ چڑے تو کوئی بات نہیں۔ مخاطب نے جواب دیا، نہیں، حضرت، چڑ کی بات ہے، آدمی چڑ ہی جاتا ہے، اس سے تغافل کرنا بڑا مشکل ہے۔

تحصیل دار صاحب قائل نہ ہوئے تو دوسرے شخص نے خاموشی اختیار کر لی۔ دو چار منٹ گزرے تھے کہ اس شخص نے تحصیل دار سے پوچھا، کیوں صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار ہے۔ جواب ملا، نہیں صاحب، میرے ہاں شلجم کا اچار نہیں ہے۔ کوئی دو منٹ کے بعد اس نے پھر سوال کیا۔ کیوں صاحب، آپ کے پاس شلجم کا اچار ہے۔ تحصیل دار نے جواب دیا، میں عرض کر چکا ہوں کہ نہیں ہے۔ یہ بہت خوب کہہ کر پھر چپ ہو گئے۔ لیکن ابھی پانچ منٹ بھی نہ گزرے تھے کہ پھر پوچھا، تحصیل دار صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار تو ہوگا۔ اب تحصیل دار صاحب برہم ہو گئے اور کہنے لگے، آپ برابر وہی چیز پوچھے جا رہے ہیں۔ اس شخص نے معافی مانگی اور خاموش ہو گیا۔ لیکن دو ہی منٹ گزرے تھے کہ اس نے پھر وہ سوال دہرایا، کیوں صاحب، آپ کے ہاں شلجم کا اچار ہے۔

اب تحصیل دار صاحب کے ضبط کا پیمانہ چھلک گیا۔ کہنے لگے، عجب بدتمیز ہو تم، یہ کیا بکواس ہے؟ شلجم کا اچار ہے؟ شلجم کا اچار ہے؟ ساری مجلس وعظ ان کی طرف متوجہ ہو گئی۔ مولوی صاحب نے وعظ روک دیا اور اس شخص نے فقط اتنا کہا کہ صاحب میں نے تو صرف یہ پوچھا تھا کہ شلجم کا اچار ہے؟ تحصیل دار صاحب نے جوتا پکڑ لیا، اب آگے آگے وہ شخص اور پیچھے پیچھے تحصیل دار صاحب، بھاگتے ہوئے مجلسِ وعظ سے نکل کر بازار میں پہنچ گئے۔

وہ شخص بار بار پیچھے مڑ کر پوچھتا، شلجم کا اچار ہے۔ تحصیل دار صاحب گالیاں دیتے ہوئے اس کو مارنے دوڑے۔ یہاں تک کہ شلجم کا اچار شہر بھر میں مشہور ہو گیا۔ تحصیل دار صاحب جدھر سے گزرتے، لوگ بہانے بہانے شلجم کے اچار کا ذکر چھیڑ کر ان کو چڑاتے اور وہ چڑ کر گالیاں بکتے۔

ہائی بلڈ پریشر کا گارنٹی شدہ علاج

(مراسلہ: پروفیسر شعیب الرحمٰن قادری۔۔۔ ٹیکسلا کینٹ)

محترم و مکرم جناب منتظم صاحب السلام علیکم!

میں نے آپ کا ماہنامہ عبقری پڑھا۔ دل کو پسند آیا۔ اس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ اس میں ہر غم کا علاج موجود ہے اور میں نے اس سے بہت ہی زیادہ فائدہ حاصل کیا اور آپ کے خدمت خلق کے جذبے کو مدنظر رکھتے ہوئے ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک نسخہ لکھ رہا ہوں۔ یہ بلڈ پریشر کو کنٹرول کرتا ہے اور بار بار کا آزمودہ اس بات کی گارنٹی ہے اگر فائدہ نہ ہو تو میں استعمال کرنے والے کو خرچ کی ہوئی رقم واپس کرونگا۔

نسخہ ھوالشافی:۔

(1) اسرول 2 حصہ

(2) صندل خالص ایک حصہ

(3) سبز الائچی 3/4 حصہ

(4) دھنیا 1/4 حصہ

(5) گل نیلوفر 1/10 حصہ

(6) کشتہ مرجان 1/100 حصہ

ان سب کو باریک پیس کر بڑے سائز کے کیپسول بھر لیں اور صبح، دوپہر، شام تازے پانی سے کھائیں۔ ایک ماہ استعمال کریں انشاءاللہ شفا ہو گی۔ یہ نسخہ مجھے ایک سلسلہ قادریہ کے بزرگ نے عطا فرمایا تھا۔ قیمت میں بہت کم ہے۔

مٹھاس کا اضافہ

اشاراتی زبان میں اس بات کا اظہار تھا کہ ہم لوگ آپ کے دودھ پر قبضہ کرنے کی بجائے اس کو میٹھا بنائیں گے

مولانا وحید الدین خاں

ٹائمز آف انڈیا کے ضمیمہ (The Neighbourhood Star) بابت 24-18 مارچ 1989ء (صفحہ نمبر 6) پر ایک سبق آموز واقعہ شائع ہوا ہے۔ ایران کے پارسی جب پہلی بار ہندستان میں آئے تو وہ ہندستان کے مغربی ساحل پر اترے۔ اس وقت یادورانا گجرات کا راجہ تھا۔ پارسی جماعت کا پیشوا، راجہ سے ملا اور اس سے یہ درخواست کی کہ وہ ان لوگوں کو اپنی ریاست میں ٹھہرنے کی اجازت دے۔ راجہ نے اس کے جواب میں دودھ سے بھرا ہوا ایک گلاس پارسی پیشوا کے ہاتھ پر رکھ دیا۔ اس کا مطلب یہ تھا کہ ہماری ریاست پہلے ہی سے آدمیوں سے بھری ہوئی ہے۔ اس میں مزید لوگوں کو ٹھہرانے کی گنجائش نہیں۔

پارسی پیشوا نے لفظوں میں اس کا کوئی جواب نہیں دیا۔ اس نے صرف یہ کیا کہ ایک چمچہ شکر لیکر دودھ میں ملایا اور گلاس کو راجہ کی طرف لوٹا دیا۔ یہ اشاراتی زبان میں اس بات کا اظہار تھا کہ ہم لوگ آپ کے دودھ پر قبضہ کرنے کے بجائے اس کو میٹھا بنائیں گے۔ ہم آپ کی ریاست کی زندگی میں شرینی کا اضافہ کریں گے۔ اس کے بعد راجہ نے انھیں گجرات میں قیام کی اجازت دے دی۔ اس واقعہ پر اب ایک ہزار سال کی مدت گزر چکی ہے۔ تاریخ بتاتی ہے کہ پارسیوں کے رہنما نے جو بات کہی تھی اس کو پارسی قوم نے پورا کر دکھایا۔ پارسی اس ملک میں مطالبہ اور احتجاج اور ایجی ٹیشن کا جھنڈا لیکر کھڑے نہیں ہوئے بلکہ انھوں نے اپنی خاموش محنت سے اس ملک کی ترقی میں اضافہ کیا۔ پارسیوں نے دوسروں سے زیادہ محنت کی۔ وہ تعلیم اور تجارت اور صنعت میں آگے بڑھے۔ انھوں نے ملک کی دولت اور ملک کی ترقی کو بڑھایا۔ اس ملک میں جہاں بہت سے لوگ لینے والے گروہ (Taker group) کی حیثیت رکھتے ہیں، پارسیوں نے عمل کے ذریعہ اپنے لئے دینے والے گروہ (Giver Group) کا درجہ حاصل کیا۔ یہی زندگی کا راز ہے۔ اس دنیا میں دینے والا ہی پاتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

جو آدمی جتنا زیادہ بولتا ہے اتنا ہی کم عقل ہوتا ہے۔ (خلیل جبران)

دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل

جنسی مسائل کے کئی اسباب ہوتے ہیں۔ زیادہ کام، دباؤ اور خود وہ مرض بھی جس کا علاج کرا رہے ہوں۔ مزید اسباب جاننے کے لیے آگے پڑھیئے۔ (مرسلہ: لطیف عباسی۔۔کوئٹہ)

بہت سی دوائیں کئی مسائل صحت کا سبب بھی بن جاتی ہیں۔ کسی کو ان کے استعمال سے پتی جیسی شکایت لاحق ہو جاتی ہے یا پھر کسی کے پیٹ میں درد ہونے لگتا ہے۔ بہت سے لوگ اپنے معالج کو اس صورت حال سے آگاہ بھی کرتے ہیں، لیکن ایسے کتنے مریض ہیں کہ جو دواؤں کی وجہ سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل کے بارے میں معالج سے رجوع کرتے ہیں؟ یقیناً بہت کم۔

یہ بات کہی سنی نہیں ہے بلکہ ورجینیا یونی ورسٹی کی ماہر ڈاکٹر انیتا کلیٹن نے چھ ہزار مریضوں کے ریکارڈ کھنگالنے کے بعد بتائی ہے۔ انہوں نے مانع پستی دوائیں (Anti depressant) استعمال کرنے والے مریضوں کی اتنی بڑی تعداد کی جانچ پڑتال کے بعد انکشاف کیا ہے کہ یہ مریض ان دواؤں کے استعمال کے بعد جنسی مسائل کے شکار ہو گئے۔ معالجین کے مطابق یہ تعداد ان کے اندازوں سے دوگنی زیادہ تھی۔ قابل رحم تو وہ مریض ہیں کہ جو کچھ بتائے بغیر یہ دوائیں کھاتے رہتے ہیں اور اپنی جنسی توانائیوں سے محروم ہو کر بھی معالج کو کچھ نہیں بتاتے۔ ان میں سے اکثر کو اس کا علم ہی نہیں ہوتا کہ یہ کمزوری انہیں دراصل مانع پستی دوا کی وجہ لاحق ہو گئی ہے۔ اس کا اصل سبب جانے بغیر وہ دوا استعمال کرتے رہتے ہیں، حالانکہ ان کی متبادل دوائیں بھی موجود ہوتی ہیں۔ جو ان کا معالج اصل صورت حال سے آگاہ ہو کر ہی تجویز کر سکتا ہے۔ کم از کم برطانیہ میں دواؤں سے ناکارہ ہونیوالے افراد کی انجمن بن گئی ہے اور جو اس نتیجے پر پہنچی ہے کہ مانع پستی دوائیں ہی ان کی محرومی کی ذمے دار ہیں۔

دوائیں کیا مسائل پیدا کرتی ہیں؟

دوائیں تین طرح سے جنسی زندگی پر منفی اثرات مرتب کرتی ہیں: (۱) جنسی خواہش اور طلب میں کمی۔ یہ کیفیت کئی دواؤں کے استعمال کا نتیجہ ہوتی ہے۔ (۲) استادگی کے مسائل۔ جس دوا کے بھی استعمال سے آپ کا بلڈ پریشر کم ہوتا ہے۔ وہ آپ کے عضو میں خون کی روانی اور دباؤ کو بھی کم کر دیتی ہے۔ یہی کیفیت عدم استادگی کی شکایت (Priapism) لاحق ہوتی ہے۔

خواتین میں اس کے اثرات کا بالکل درست کھوج نہیں لگ سکا ہے، لیکن خیال یہی ہے کہ ان دواؤں کے استعمال سے چوں کہ بظر (Clitoris) کو پوری تحریک نہیں ملتی ہے، اس لیے وہ بھی مکمل ہیجان اور انزال سے محروم رہتی ہے۔ مرد بھی اس کے شاکی رہتے ہیں بلکہ یہ کیفیت خاصی تکلیف دہ بھی ثابت ہوتی ہے۔ مرد بالعموم عدم انزال کے بھی شاکی رہتے ہیں۔

اس مسئلے کا سبب دوائیں:۔

ان میں ہائی بلڈ پریشر کم کرنے والی دوائیں شامل ہیں۔ امریکن کالج آف فزیشنز کے جرنل کی رپورٹ کے مطابق بیٹا بلاکرز اور پیشاب لانے والی دوا تھایازائڈ (Thiazid) کی گولیاں خصوصاً مردوں میں کئی مسائل کا سبب بن جاتی ہیں۔ خواتین کی ایک فی صد تعداد کے مقابلے میں ۱۶ فی صد مرد ان دواؤں سے متاثر ہوتے ہیں۔ یہ منفی اثر اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض بلڈ پریشر کے خطرناک نتائج جاننے کے باوجود اس علاج ہی سے توبہ کرنے کی سوچتے ہیں۔ آدھے سر کا درد (میگرین) کی دوا کلینوڈین (Clinodine) کے استعمال سے بھی نامردی جیسے اثرات مرتب ہوتے ہیں، لیکن بہت کم۔ یہ دوا خواتین کو بھی سن یاس کی تکالیف کے لیے دی جاتی ہے۔

مانع پستی دوائیں:۔

ڈاکٹر کلیٹن کے جائزے کے مطابق بعض جدید مانع پستی دواؤں جیسے فلوگزیٹین (Fluoxetine) اور پیگزوزیٹین (Paxoxetine) کے استعمال سے دماغ میں سرخوشی اور ترنگ پیدا کرنے والا کیمیکل سیریٹونین زیادہ بننے لگتا ہے، لیکن یہ دوائیں بالعموم جنسی خواہش کو بڑھاتی بھی ہیں اور بعض مردوں اور خواتین میں ہیجان کے سلسلے میں مشکلات بھی پیدا کرتی ہیں۔ ان کی وجہ سے مردوں کو انزال میں غیر معمولی دیر کا سامنا بھی کرنا پڑتا ہے۔ جب کہ یہ مسائل خواتین میں کم ہوتے ہیں، لیکن ظاہر ہوں تو پھر بہت شدید بھی ہوتے ہیں۔

ٹرازوڈون (Trazodone) نامی دوا بھی مانع پستی ہے اور اس کی وجہ سے مرد اور خواتین دونوں ہی دائمی استادگی کے شکار ہو جاتے ہیں۔ اس طرح ڈوتھی پین (Dothiepin) نامی مانع پستی دوا استعمال کرنے والے مرد بھی نامردی اور عدم انزال کا شکار ہو سکتے ہیں۔

فینوتھایازین (Phenothiazine) اس گروپ سے تعلق رکھنے والی دوائیں اسکیزوفرینیا (پراگندہ ذہنی)، جنونی قسم کی پستی (ڈیپریشن) اور دوسری اہم نفسیاتی بیماریوں کے علاوہ کبھی کبھار شدید فکر و پریشانی دور کرنے کے لیے تجویز کی جاتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنے والے مرد اور خواتین دونوں ہی جنسی خواہش کی کمی اور لذت سے محرومی کی شکایت کرتے ہیں۔ مردوں کو ان کے استعمال سے عدم استادگی اور عدم انزال کی شکایت بھی ہوتی ہے۔ ان دواؤں سے دائمی استادگی کی شکایت شاذونادر ہی ہوتی ہے۔ مسکنات (Tranquillisers) ڈائزی پام (Diazepam) اگرچہ فکر و پریشانی دور کرنے کے لیے مختصر مدت تک استعمال کرائی جاتی ہے، لیکن کبھی کبھی اس سے بھی دونوں ہی میں جنسی خواہش گھٹ جاتی ہے۔

مرگی کی دوائیں:۔

مرگی کے لیے فینی ٹوئن (Phenytoin) استعمال کرنے والے دائمی استادگی کے شاذونادر ہی شکار ہوتے ہیں، لیکن ان میں مردانہ طاقت گھٹ سکتی ہے۔ اسی طرح اعصابی شکایت کے لیے استعمال ہونے والی دوا کاربامیزے پین (Carbamazepine) کے بھی یہی اثرات رونما ہو سکتے ہیں جب کہ اس کے برخلاف ایتھوسوگزیمائڈ (Ethosuximide) نامی دوا سے جنسی خواہش بڑھ جاتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

نسخہ برائے تبخیر

(مراسلہ: ایم شاہد۔۔۔لتھڑا تونسہ شریف)

(1) نوشادر ایک تولہ (2) قلمی شورہ ایک تولہ (3) ریوند خطائی ایک تولہ ان سب چیزوں کو پیس کر سفوف بنا لیں صبح سویرے ایک چٹکی بھر پانی سے کھالیں انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

دنیا و آخرت کی کامیابی پایئے ✿ نکیرین کے سوال و جواب ✿ حقوق العباد کی ادائیگی میں کامیابی

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کر دینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

نکیرین کے سوال وجواب

اگر کوئی شخص چاہے کہ قبر میں نکیرین کے سوال میں قائم رہے تو ہر ایک فرض نماز کے بعد تین تین مرتبہ اس آیت کو پڑھے انشاء اللہ قبر کا مسئلہ آسانی سے طے ہوگا۔ يُثَبِّتُ اللّٰهُ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيٰوةِ الدُّنْيَا وَفِي الْاٰخِرَةِ وَيُضِلُّ اللّٰهُ الظّٰلِمِيْنَ وَيَفْعَلُ اللّٰهُ مَا يَشَآءُ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 27)

والدین اور بزرگوں کے حق

اگر کوئی شخص یہ چاہے کہ والدین، سارے جہاں کے بزرگوں اور حق داروں کے حق، جب کہ وہ انتقال کر گئے ہوں ادا کرے اور بری ہو جائے تو اس آیت کریمہ کو ہر روز سات مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ قیامت کو ان سب کے حقوق سے فارغ ہو کر قبر سے اٹھایا جائے گا۔ رَبَّنَا اغْفِرْ لِيْ وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِيْنَ يَوْمَ يَقُوْمُ الْحِسَابُ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 41)

حاسد کے شر سے حفاظت

حاسد دشمن، ظالم کے شر سے بچنے کے لیے جو شخص ان آیتوں کو ایک ہزار مرتبہ اکیس روز تک دوپہر کے وقت پڑھے۔ وَلَا تَحْسَبَنَّ اللّٰهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظّٰلِمُوْنَ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 42) اِنَّ اللّٰهَ عَزِيْزٌ ذُو انْتِقَامٍ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 47) وَتَرَى الْمُجْرِمِيْنَ يَوْمَئِذٍ مُّقَرَّنِيْنَ فِي الْاَصْفَادِ (سورۃ ابراہیم آیت نمبر 49)

حافظہ کی زیادتی

اگر کسی شخص کو قرآن مجید یاد نہ رہتا ہو یا کسی کا دل نہایت آسانی سے قرآن کے حفظ کرنے کو چاہتا ہو تو وہ شخص ہمیشہ گیارہ گیارہ مرتبہ التحیات والا درود شریف اول و آخر پڑھ کر ایک ہزار مرتبہ اس آیت شریف کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھے۔ اِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَاِنَّا لَهٗ لَحٰفِظُوْنَ (سورۃ الحجر آیت نمبر 9) اور تا حفظ قرآن روز اس عمل کو کرے انشاء اللہ تعالیٰ نہایت سہولت سے قرآن مجید حفظ ہو جائے گا۔

آپس کی رنجش ختم

اگر کسی شخص کی باہم کسی دوست سے رنجش ہو گئی اور ایک دوست دوسرے ناراض دوست سے ملنے اس کے مکان پر جائے اور یہ چاہے کہ میرا دوست مجھ سے ناراض ہو کر نہ ملے بلکہ راضی اور خوش ہو کر ملے تو راستہ میں گیارہ مرتبہ اور پھر اس مکان پر پہنچ کر سات مرتبہ اس آیت کو پڑھے وَنَزَعْنَا مَا فِيْ صُدُوْرِهِمْ مِّنْ غِلٍّ اِخْوَانًا عَلٰى سُرُرٍ مُّتَقٰبِلِيْنَ (سورۃ الحجر آیت نمبر 47) اور جب مکان کے اندر گھسے تو اس آیت کو تین مرتبہ پڑھے۔ اُدْخُلُوْهَا بِسَلٰمٍ اٰمِنِيْنَ (سورۃ الحجر آیت نمبر 46) انشاء اللہ مقصود حاصل ہو جائے گا۔

دل کی بند شریانیں کھولنے کا اکسیر نسخہ

(مرسلہ: عطاء الرحمٰن۔۔۔ از خانوخیل)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

میں آپ کے ''ماہنامہ عبقری'' کے قارئین کے لیے ایک مجرب نسخہ جو کہ دل کی بند شریانوں کے لیے آزمودہ بھی ہے، بھیج رہا ہوں امید ہے، بہت سے لوگ اس سے استفادہ حاصل کریں گے۔

(1) لیموں کا رس ایک پیالی (2) ادرک کا رس ایک پیالی (3) لہسن کا رس ایک پیالی (4) سرکہ سیب ایک پیالی۔

ان چار پیالی رسوں کو ملا کر دھیمی آنچ پر نصف گھنٹہ آگ دیں۔ جب ایک پیالی کم ہو کر تین رہ جائیں تو آگ سے محلول کو اتار کر ٹھنڈا ہونے پر تین پیالی شہد ملائیں۔ سب کو خوب مکس کر کے بوتل میں محفوظ کر لیں۔ یومیہ نہار منہ تین چمچ (کھانے والے) محلول کو پئیں، انشاء اللہ دل کی بند شریانیں کھل جائیں گی۔ مجرب ہے۔

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

امام بیہقی نے سیدنا علیؓ سے روایت کی ہے کہ ایک بار سرکار دو عالم ﷺ نے ایک یہودی سے کچھ اشرفیاں قرض لیں۔ کچھ دن گزر گئے تو وہ یہودی تقاضے کے لیے پہنچا۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اس وقت میرے پاس تمہارا قرض ادا کرنے کے لیے کچھ نہیں ہے۔'' یہودی نے کہا: ''جب تک آپ ﷺ میرا قرض ادا نہ کریں گے میں آپ ﷺ کو نہیں چھوڑوں گا۔'' چنانچہ ظہر کے وقت سے لیکر رات تک وہ آپ ﷺ کو گھیرے میں لیے ہوئے بیٹھا رہا۔ یہ زمانہ وہ تھا جب کہ مدینہ میں آپ ﷺ کی حکومت قائم ہو چکی تھی۔ آپ ﷺ اس کے خلاف ہر قسم کی کارروائی کرنے کی طاقت رکھتے تھے۔ چنانچہ آپ ﷺ کے ساتھیوں نے اسے ڈانٹ کر بھگانا چاہا، لیکن آپ ﷺ نے سب کو منع فرما دیا۔ کسی نے کہا: ''اے اللہ کے رسول ﷺ! ایک یہودی آپ ﷺ کو قید کیے ہوئے ہے۔'' آپ ﷺ نے فرمایا: ''ہاں، مگر مجھ کو ظلم کرنے سے منع کیا گیا ہے۔'' اسی حال میں صبح ہو گئی۔ جب اگلا روز شروع ہوا تو یہودی کی آنکھیں کھل گئیں۔ وہ یہ دیکھ کر بہت متاثر ہوا کہ آپ ﷺ قدرت رکھتے ہوئے بھی، برداشت کرتے ہیں اور طاقت ہوتے ہوئے بھی کوئی کارروائی نہیں کرتے۔ یہ سب کچھ دیکھ کر وہ حلقہ بگوش اسلام ہو گیا۔ یہودی مدینہ کا نہایت مالدار آدمی تھا۔ کل تک اس نے چند اشرفیوں کے لیے آپ ﷺ کا گھیراؤ کر رکھا تھا، مگر آپ ﷺ کے کردار اور آپ ﷺ کے عفو و درگزر کی صفت نے اُس پر اتنا اثر کیا کہ اس نے اپنی ساری دولت آپ ﷺ کی خدمت اقدس میں پیش کر دی اور کہا کہ آپ ﷺ اس کو جس طرح چاہیں خرچ کریں۔''

سرکار دو عالم ﷺ کا یہ جذبۂ ترحم اور صفتِ رحمت میدان جنگ میں بھی رہتا تھا۔ محدثین بتاتے ہیں کہ سرکار دو عالم ﷺ کے ساتھیوں نے میدان بدر میں ایک پانی کا حوض اپنی ضرورت کے لیے تیار کیا تھا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 11 پر پڑھیں)

ماہِ صفر میں غنائے قلبی پایئے

(انتخاب: محسن۔ لاہور)

شب اول ماہ صفر میں بعد نماز عشاء ہر مسلمان کو چاہیے کہ چار رکعت (نماز نفل) اس طرح پڑھے کہ پہلی رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الکافرون پندرہ پندرہ بار اور دوسری میں سورۂ اخلاص پندرہ بار، تیسری میں سورۂ فلق پندرہ بار اور چوتھی میں سورۂ الناس پندرہ بار پڑھے۔ بعد سلام کے ایک بار ''اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ'' کہے پھر ستر بار درود شریف پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کو ہر بلا اور ہر آفت سے محفوظ رکھے گا اور ثواب عظیم عطا فرمائے گا۔ (راحتہ القلوب)

ماہِ صفر کے نوافل:

ماہِ صفر میں بدھ کو غسل کرے اور چاشت کے وقت دو رکعت نماز نفل پڑھے کہ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد گیارہ گیارہ سورۃ اخلاص پڑھے اور سلام پھیر کر یہ درود شریف ستر دفعہ پڑھے:

''اَللّٰھُمَّ صَلِّی عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَ بَارَکَ وَ سَلَّمَ''

راحتہ القلوب میں ہے کہ اس کے بعد یہ دعا پڑھے:

اَللّٰھُمَّ صَرِّفْ عَنِّیْ سُوْءَ ھٰذَا الْیَوْمِ وَاعْصِمْنِیْ سُوْئِہٖ وَ نَجِّنِیْ عَمَّا اَصَابَ فِیْہِ مِنْ نَحُوْسَاتِہٖ وَکَرَبَاتِہٖ بِفَضْلِکَ یَادَافِعَ الشُّرُوْرِ وَمَالِکَ النُّشُوْرِ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ ۔ وَ صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ الْاَمْجَادِ وَبَارِکْ وَ سَلِّمْ''

دو رکعت نفل: ۔ ماہِ صفر میں دو رکعت نفل یوں پڑھنا بھی درست ہے کہ نفل کی ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد تین تین بار سورۃ اخلاص پڑھے۔ سلام کے بعد سورۃ الم نشرح اور سورۃ والتین، سورۃ النصر اور سورۃ اخلاص ان سب کو اسی اسی مرتبہ پڑھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ اس کی برکت سے اس کے دل کو غنی کر دیگا۔ (جواہر غیبی)

مجھے عبقری نے کیا نعمتیں دیں؟

اس کی خالہ ساس نے بے اولاد ہونے کا ٹھپہ لگا کر طلاق دلوادی۔ مگر جب میں نے اس کو دو انمول خزانے پڑھنے کو دیئے تو نہ صرف اس کی اچھی جگہ شادی ہوگئی بلکہ لڑکا کار کوٹھی کا بھی مالک ہے (تحریر: مس صفورا سلطانہ۔۔ لالہ موسیٰ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

کے بعد عرض ہے میں خیریت سے ہوں اور ہر وقت اللہ تعالیٰ سے آپ کی صحت وسلامتی کی دعا کرتی رہتی ہوں اور ماہنامہ ''عبقری'' کے قارئین کے لیے اپنی زندگی کے چند مشاہدات بیان کر رہی ہوں۔ امید ہے قارئین اس سے ضرور مستفید ہوں گے۔

انمول خزانہ اور میرا تجربہ

انمول خزانوں کی اہمیت وفضیلت کے حوالے سے بیان کر رہی ہوں۔ میں نے ان خزانوں کو خرید کر بھی اور زبانی بھی بہت پھیلایا ہے۔ اپنی ہر طالبہ کو یہ مفید خزانے مفت گفٹ کیے ہیں۔ میں نے اپنی دو دوستوں کو دیے، ایک طلاق یافتہ اور ایک بیٹی کی ماں بھی تھی۔ مگر انمول خزانے پڑھنے سے ایسا رشتہ ملا کہ کسی کنواری کو بھی نہ ملے۔ لڑکا پڑھا لکھا، وکیل، دولت مند اور اس کی بیٹی کو بھی اپنی بیٹی بنا کر لے گیا۔ اس کی بیٹی APS میں اچھی تعلیم حاصل کر رہی ہے ابھی ایک ہفتہ پہلے اللہ تعالیٰ نے اس کو بیٹے سے بھی نوازا ہے۔ میں خود بھی اللہ تعالیٰ کی اس عطا پر حیران ہوں۔

دوسری کو (اس کی خالہ ساس نے) بے اولاد ہونے کا ٹھپہ لگا کر طلاق دلوادی۔ مگر جب میں نے اس کو یہ انمول خزانے دیئے تو نہ صرف اس کی اچھی جگہ شادی ہوگئی (لڑکا کار کوٹھی کا مالک ہے) اور اللہ نے دوسرے ہی سال اس کو اولاد سے بھی نواز دیا۔ آج یہ دونوں طلاق یافتہ خواتین اچھے شوہروں کے ساتھ خوشحال زندگی گزار رہی ہیں۔ بلکہ ان لڑکیوں کے اچھے رشتے دیکھ کر بہت سی کنواری لڑکیوں کی مائیں دھڑا دھڑ یہ وظائف لینے آئیں اور میں نے ان کو دیے۔

میرا رنگ صاف ہوگیا

چہرے پر دانوں کے حوالے سے میں عرصہ 10 سال تک خاصی پریشان رہی۔ کبھی ڈاکٹروں کے پاس، کبھی کریموں کے پیچھے۔ مگر جب میں نے ماہنامہ ''عبقری'' رسالہ پڑھ کر صبح خالی پیٹ پانی کا استعمال شروع کیا تو میرا چہرہ نہ صرف صاف ہوگیا بلکہ رنگ بھی گورا ہوگیا۔ اب میں صبح اٹھتے ہی ایک جگ پانی پیتی ہوں اور ہر کھانے سے پہلے بھی دو گلاس پانی پیتی ہوں۔ میرا چہرہ انتہائی صاف ہوگیا ہے۔ حالانکہ پہلے میرا رنگ سانولا ہوتا تھا اب تو گورا ہوگیا ہے۔ میں نے نوٹ کیا ہے کہ پانی کا خالی پیٹ استعمال نہ صرف رنگ صاف کرتا ہے بلکہ اس سے پتلے لوگ موٹے بھی ہوجاتے ہیں۔

3 جگہوں پر تیل لگائیں اور............

تیسرا اہم اور آزمودہ تجربہ تیل کا ہے۔ ماہنامہ ''عبقری'' میں، میں نے پڑھا تھا تیل کا استعمال ناف، ناک کے نتھنوں اور مقعد پر لگائیں۔ میں نے صرف صبح وشام ناف پر ہی لگایا تو میرے ہونٹوں پر نہ صرف خشکی ختم ہوگئی بلکہ ہونٹ سرخ ہو گئے۔ ایڑیاں جو پھٹی رہتی تھیں 3، 4 دنوں میں گلابی گلابی ہوگئیں۔ تیل کے با قاعدہ استعمال سے پھٹی ایڑیاں مستقل ٹھیک ہوگئیں۔ میرا دل کہتا ہے۔۔۔۔ سلام عبقری

ماں کیا ہے؟

(تحریر: محمد عظیم احمد۔۔۔ ساہیوال)

محترم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

جناب بندہ ماہنامہ ''عبقری'' کا مستقل قاری ہے اور اپنی تحریر ماہنامہ ''عبقری'' کے پیش خدمت کرتا ہے۔

''اللہ تعالیٰ نے کہا:'' ماں میری طرف سے قیمتی اور نایاب تحفہ ہے **''بادل نے کہا:''** ماں ایک ایسی دھنک ہے جس میں ہر رنگ نمایاں ہوتا ہے **''سمندر نے کہا:''** ماں ایک ایسی ہستی ہے جو اولاد کے لاکھوں راز اپنے سینے میں چھپالیتی ہے **''دعا نے کہا:''** ماں ایک ایسی شخصیت ہے جو ہر وقت اپنی اولاد کے لیے دعا مانگتی ہے **''میں نے کہا:''** مجھے ماں اور پھول میں کوئی فرق نظر نہیں آتا۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

شرف مسلمانی کو تار تار نہ کریں

(احسان جمیل۔۔۔قصور)

خواب: میں نے خواب میں دیکھا ہے کہ میں جس کو چاہتا ہوں اس کے ساتھ میری شادی ہوگئی ہے اور سب رشتہ دار مجھے کہہ رہے ہیں کہ تم نے واقعی ہی اس سے شادی کر لی ہے۔ مگر جب میں کمرے میں اس کے پاس جاتا ہوں تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر:۔ انشاء اللہ آپ کا اس لڑکی سے نکاح ہو جائے گا بشرطیکہ آپ جائز طریقے سے اپنے مطلوب کو پانے کی کوشش کریں۔ مزید یہ کہ اپنے بڑے بزرگوں کے ذریعہ پیغام نکاح دے دیں اور اللہ سے خوب دعا کرتے رہیں۔ جنسی محبتوں کا شکار ہو کر نہ انسانیت کو بٹہ لگائیں اور نہ شرف مسلمانی ہی کو تار تار کریں (واللہ اعلم) نیز سورۃ رحمٰن کی روزانہ تلاوت کیا کریں۔

اخلاق و کردار کو قد آور بنائیں

(راشد۔۔۔۔۔راولپنڈی)

خواب: میں قد کے لیے بہت پریشان تھا اور میں نے اللہ تعالیٰ سے اپنے تایا جان جتنے قد کی دعا کی ہے، کیونکہ ان کا قد اچھا ہے۔ میں نے سحر کے وقت خواب میں اپنے چاچا جان کے برابر قد دیکھا اور چاچا جان اور تایا جان کا قد برابر ہے۔ اس کے فوراً بعد میری آنکھ کھل گئی اور میں نے اٹھ کر صبح کی نماز ادا کی اور پھر دعا کی اور اس کے بعد میرا قد تھوڑا بڑھا ہے، لیکن اب بھی پریشانی ہے۔

تعبیر:۔ آپ کا خواب اور منشاء خواب سنکر بڑا تعجب ہوا ہے کہ آپ انسانی جسمامت کے غیر اختیاری خدوخال میں خواہ مخواہ الجھے ہوئے ہیں اور اس پر اللہ کا شکر ادا نہیں کرتے کہ رب کریم نے محض اپنے لطف و کرم سے آپ کو ایک زندہ سلامت وجود عطا کیا اور دیکھنے، بولنے اور سننے کی عظیم قوتیں بلا مانگے عطا کر دی ہیں۔ آپ ان اپاہج، معذور اور نابینا انسانوں کو نہیں دیکھتے جو اتنی بڑی نعمتوں سے محروم، اذیت کی زندگی بسر کر رہے ہیں کہ انسانیت اور جدت کی ساری مادی قوتیں یکجا ہو کر بھی اس کا مداوا نہیں کر سکتیں۔ میرے بھائی! جن لوگوں کے پاؤں میں جوتا نہیں وہ ان لوگوں کو دیکھ کو بارگاہ خداوندی میں بے حد شکر بجا لائیں جن لوگوں کے سرے سے پاؤں ہی نہیں ہیں۔ اس لیے آپ اپنے اخلاق و کردار اور گفتار و رفتار کو اتنا قد آور کریں کہ بڑے بڑے سرو قد آپ کے سامنے باادب جھکتے دکھائی دیں اور آپ کا وجود ملک و ملت کے لیے باعث فخر ہو۔ خلاصہ یہ ہے کہ اگر آپ کی عمر پچیس سال کے اندر اندر ہے تو اس خواب کی رو سے فیزیکلی آپ کے قد بڑھنے کی اچھی امید ہے۔ لیکن اگر عمر زیادہ ہے تو اشارہ اس بات کی طرف ہے کہ آپ جتنے بھی پاپڑ بیل لیں اپنے تایا کے ہم قد نہیں ہو سکتے، اسی لئے چچا کے ہم قد دکھایا گیا۔ اس لیے کہ چچا کبھی تایا نہیں بن سکتے۔ فقط واللہ اعلم۔

اہل بیعتؓ کی محبت نصیب ہوگی

(نصرت جہاں.....حیدر آباد)

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ آسمان بہت روشن ہو رہا ہے اور بہت جگمگا رہا ہے۔ پھر سب سے پہلے آسمان پر اللہ تعالیٰ کا نام آتا ہے، پھر ہمارے پیارے نبی کریم ﷺ کا نام مبارک آتا ہے۔ پھر حضرت علیؓ کرم اللہ وجہہ اور پھر حضرت فاطمہؓ اور حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کے نام آتے ہیں۔

تعبیر:۔ ماشاء اللہ بہت باعث برکت خواب ہے اور آپ کو اللہ اور رسول اللہ ﷺ اور اہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین کی محبت نصیب ہوگی۔ نیز آپ اگر مقروض ہیں تو قرض سے نجات ہو جائے گی اور نیک تمنائیں پوری ہوگی۔ شجاعت و عدل کا وصف عطا ہوگا اور بالآخر شہادت کا مقام ملے گا۔ بشرطیکہ آپ بھی اپنے ایمان و اعمال پر شریعت حقہ کی روشنی میں محبت کریں (واللہ اعلم۔)

مالی خوشحالی نصیب ہوگی

(ناصر محمود ......کھڑیانوالہ)

خواب: میں خواب میں بہت زیادہ پانی دیکھتا ہوں، جو کبھی تو سمندر کی مانند بہت زیادہ پھیلا ہوتا ہے اور کبھی کسی دریا پھر بہت بڑی نہر کی طرح ہوتا ہے اور اس کی موجوں میں بہت زیادہ تلاطم ہوتا ہے۔ جس کے کنارے پر یا پھر بہت ہی کمزور پل پر میں کھڑا ہوتا ہوں اور بہت زیادہ پریشان ہوتا ہوں۔ لیکن وہ پانی مجھے کوئی نقصان نہیں پہنچاتا۔ یہ خواب پچھلے دو تین سال سے وقفے وقفے کے ساتھ نظر آتا ہے۔

تعبیر:۔ بہت اچھا خواب ہے۔ اگر آپ دینی علوم حاصل کرنے کے خواہش مند ہیں تو آپ کی یہ خواہش انشاء اللہ پوری ہوگی اور فیض پھیلے گا۔ لیکن اگر ایسا نہیں ہے اور آپ کسی دنیاوی پیشے کے ساتھ متعلق ہیں یا اس کے لیے تعلیم و تدریس میں مصروف ہیں تو آپ کو اس کی برکت سے خوب مالی خوشحالی نصیب ہوگی اور ہر طرح خیر و منفعت عطا ہوگی بشرطیکہ آپ کریم آقا کے حقوق میں ہرگز کوتاہی نہ کریں۔ فقط واللہ اعلم۔

باطنی خوبی کو بچائیے

(طیبہ مخدوم.....کوٹری)

خواب: یہ خواب میں آج سے پانچ سال قبل دیکھا تھا کہ حضور ﷺ ہمارے گھر سے کچھ دور تشریف فرما ہیں۔ ہمارے محلے میں ایک لڑکا ہے وہ انہیں ہاتھوں پر چوم کر بھاگ گیا ہے۔ میں بھی بھاگتی ہوں اور میں نے بھی آپ ﷺ کے پاؤں مبارک کو چوما ہے۔ آپ ﷺ کالے لباس میں ملبوس تھے اور ان کے ساتھ دو صحابہ اکرامؓ تھے۔

تعبیر: ماشاء اللہ مبارک خواب ہے اور آپ کو اتباع سنت کی دولت نصیب ہوگی اور اسلامی تعلیمات کو اپنا اوڑھنا بچھونا بنانے کی توفیق ہوگی۔ خواب کے اگلے جز کا تعلق خالص علمی باب سے ہے۔ بس کو تحریر کے ذریعے ایک عام آدمی کو سمجھنا نہایت دشوار ہے۔ بس اتنا سمجھ لیں کہ ایسا دیکھنا خود صاحب خواب کے اپنے نقائص کی طرف اشارہ ہوتا ہے اس لیے کہ حدیث میں آتا ہے کہ ’’ایک مومن دوسرے مومن کو آئینہ ہوتا ہے‘‘ جس طرح آئینے میں انسان کو اپنے چہرے کے عیوب و نقائص پتا چلتے ہیں اسی طرح دوسرے مومن کو دیکھ کر انسان کو اپنے نقائص پر خبر ہوتی ہے۔ آپ نمازوں کی پابندی کریں ورنہ یہ باطنی خوبی ضائع ہو جائے گی۔ فقط واللہ اعلم

ورزش ہم سب کی ضرورت

ارسال: عبدالقادر آزاد۔ ڈیرہ اسماعیل خان

ورزش کے لیے لباس اور جوتے مناسب ہوں۔ اگر زیادہ تھک جائیں اور جسم کے کسی حصے میں درد محسوس کریں تو رک جایئے۔ محنت طلب ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے مشورہ کر لیں

اگر ہم ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹے ورزش کر لیں تو اس کا ہماری صحت پر اچھا اثر پڑے گا۔ ورزش سے مراد وہ جسمانی سرگرمی ہے، جس سے آپ کا سانس تھوڑا سا پھولنے لگے۔ اگر آپ نے ابھی تک ورزش کو اپنا معمول نہیں بنایا ہے تو شروع شروع میں ہفتے میں چند روز پندرہ پندرہ منٹ ورزش کیجئے اور پھر اسے بڑھا کر ہفتے میں پانچ دن آدھا آدھا گھنٹہ کر دیجئے۔ ویسے تو سودا سلف لانے کے لیے پیدل بازار جانا، سیڑھیاں چڑھنا، گھر کا کام کاج یا تھوڑی بہت باغ بانی کر لینا بھی ورزش ہی ہے۔ لیکن شاید ان میں زیادہ محنت درکار نہیں ہوتی۔ تندرستی کے لیے زیادہ پابندی سے اور زیادہ محنت والی ورزش کی ضرورت ہوتی ہے۔ سائیکل سواری، رسی کودنا جیسی ورزشیں آسان، اچھی اور سستی ورزشیں ہیں اور ان میں مزہ بھی آتا ہے۔ البتہ اگر سہولت میسر ہو تو تیرا کی بہت اچھی ورزش ہے۔

ورزش سے جسم میں چستی پیدا ہوتی ہے اور دوران خون بہتر ہو جاتا ہے۔ ہمارا مدافعتی نظام تعدیہ (انفکیشن) سے مقابلے کے لیے زیادہ سفید خلیے پیدا کرتا ہے۔ نقرس، بلند فشار خون، ذیابیطس، فالج، بوسیدگی استخواں (آسٹیو پوروسس) اور دل کی بیماری کے خطرات کم ہو جاتے ہیں۔ اگر ڈپریشن کا خفیف احساس ہو تو اکثر ورزش سے جاتا رہتا ہے یا کم ہو جاتا ہے۔ وزن پر بھی قابو رہتا ہے، سکت پیدا ہوتی ہے اور بڑھاپے کے آثار تاخیر سے ظاہر ہوتے ہیں۔ ورزش انسان کو چاق و چوبند رکھتی ہے اور اسے چلنے پھرنے میں سہولت ہوتی ہے۔ اس سے نیند بھی بہتر ہو جاتی ہے اور بعض افراد جنسی عمل میں بھی بہتری محسوس کرتے ہیں۔

اگر ورزش سے دل چرانے اور کترانے کی بجائے اسے زندگی کے معمول کا ایک حصہ بنا لیا جائے تو کچھ دن میں ہم اس کے عادی ہو جائیں گے اور پھر اسے چھوڑنے کو دل نہیں چاہے گا۔ باقاعدہ ورزش کرنے کے علاوہ بعض اور چھوٹی چھوٹی باتوں کا بھی خیال رکھیں تو صحت پر اچھا اثر پڑے گا مثلاً اخبار گھر منگوانے کے بجائے دوکان دار سے جا کر لے آیئے۔ اسی طرح چھوٹا موٹا سودا خود جا کر خرید لایئے۔ تھوڑے فاصلے کے لیے سواری استعمال نہ کیجئے۔ اگر وقت ہے تو ذرا پیدل بھی چل لیجئے۔ عمارتوں میں لفٹ کی سہولت ہونے کے باوجود ہمیشہ اس کے محتاج نہ بنے رہیے بلکہ کبھی سیڑھیاں بھی چڑھ لیجئے۔ شام سہانی ہو اور ماحول بھی دل کش ہو تو ذرا چہل قدمی کر لیجئے، وغیرہ وغیرہ۔ اور ہاں، اس بات کا بھی خیال رکھیے کہ اگر بچوں کا اسکول زیادہ دور نہیں ہے تو انھیں سواری فراہم کرنے کے بجائے خود انہیں اسکول لے جایئے۔ یہ آپ کے لیے بھی فائدہ مند ہو گا اور بچوں کے لیے بھی۔

اگر آپ ورزش کے لیے کچھ اور لوگوں یا کسی گروپ کے ساتھ شامل ہو جائیں تو اور بھی اچھا ہے۔ آپ کا دل بھی زیادہ لگے گا اور لوگوں سے جان پہچان بھی بڑھے گی۔ جن لوگوں نے کبھی ورزش نہیں کی اور اس کے عادی نہیں ہیں انہیں چاہیے کہ ابتدا میں تھوڑی تھوڑی ورزش کریں اور پھر اسے رفتہ رفتہ بڑھائیں۔ یہ بھی خیال رکھیے کہ ورزش کے لیے لباس اور جوتے مناسب ہوں۔ اگر زیادہ تھک جائیں اور جسم کے کسی حصے میں درد محسوس کریں تو رک جایئے۔ اگر آپ حال ہی میں بیمار رہے ہوں یا آپ کے جوڑوں میں تکلیف رہتی ہو، وزن بہت زیادہ ہو یا عمر تو بہتر ہو گا کہ محنت طلب ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے مشورہ کر لیں۔

(بقیہ: انسانی بچہ میں اللہ تعالیٰ کی عظمت کا اظہار)

باقی ہڈیاں بھی کمال انداز میں بنائیں ہیں۔ بچوں کی لچکیلی طبیعت کو اللہ پاک کے علاوہ کون جان سکتا تھا۔ لہٰذا ان ہڈیوں کے بنانے میں مہارت یہ ہے کہ یہ ایسی ہیں جیسے کسی درخت کی جڑ یا ٹہنی، جو مڑ تو جاتی ہے لیکن ٹوٹتی بڑی مشکل سے ہے۔ اس طرح کی بناوٹ کا فائدہ یہ ہے کہ چوٹ کو بچے زیادہ برداشت کر سکتے ہیں ورنہ بچے جس طرح شرارتیں کرتے ہیں اور گرتے رہتے ہیں تو ہر روز ہڈیاں ٹوٹتی رہتیں۔ اللہ پاک کو علم تھا کہ بچے اپنا جسم خود نہیں ڈھانک سکتے، خود کپڑے نہیں پہن سکتے، سردی، گرمی سے اپنا بچاؤ نہیں کر سکتے لہٰذا اللہ پاک نے انہیں ایک خاص قسم کی چربی عطا کی ہے جسے براؤن فیٹ (Brown Fat) کہتے ہیں۔ اس کا انتظام اللہ پاک نے یہ رکھا کہ جب بچے کو حرارت کی ضرورت ہوتی ہے تو یہ چربی استعمال ہو کر فوراً ہی بچے کو گرمی پہنچا دیتی ہے، ورنہ عام چربی جو بڑے لوگوں میں ہوتی ہے۔ اس قدر جلد یہ خدمت سرانجام نہیں دے سکتی۔ اس طرح سے گویا اللہ پاک نے بچے کو سردی سے بچانے کے لیے اس کو فالتو کمبل عطا فرما رکھا ہے۔ اللہ پاک فرماتے ہیں کہ انہوں نے ہر چیز کو بہترین انداز میں پیدا فرمایا ہے۔ یہی بات بچے کے خون کے نظام سے بھی جڑی ہوئی ہے۔ پیدائش سے پہلے بچے نے آکسیجن ماں کے خون سے حاصل کرنا ہوتی ہے۔ لہٰذا اس وقت اللہ تعالیٰ نے بچے کا خون ایسا بنایا جو ماں کے خون سے زیادہ سے زیادہ آکسیجن لے سکے۔ لیکن پیدائش کے بعد اللہ پاک اس خون کو دوسری طرح کے خون میں بدل دیتے ہیں کیونکہ اب اُسے آکسیجن ہوا سے حاصل کرنا ہوتی ہے اور قبل از پیدائش والا خون اس کے لیے اتنا کارآمد نہیں ہوتا۔ پیدائش سے پہلے بچے کے جسم میں خون کی گردش کا نظام بھی اللہ تعالیٰ نے ایسا بنایا کہ جس خون میں سب سے زیادہ آکسیجن ہوتی ہے وہ دماغ کو ملتا ہے تاکہ بچے کے دماغ کا بڑھنا بہترین طریقے سے ہو سکے۔ الحاصل اللہ پاک کی قدرتیں انسان کے پورے جسم میں بکھری ہوتی ہیں۔ انسان جتنا غور کرتا جاتا ہے، اتنا ہی اس کی حیرانی میں اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ اور اللہ کے رب ہونے کا یقین دل میں اترتا جاتا ہے۔ **فتبارک اللہ احسن الخالقین** اللہ پاک ہمیں بھی اپنی ذاتِ عالی کی عظمت کا استحضار نصیب فرمائے۔ (آمین)

دانتوں کے مسائل سے نجات

(مرسلہ: حکیم عبدالرحیم جلیل)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

دانتوں اور مسوڑھوں کے بہت سے امراض مثلاً دانتوں کا ہلنا، گرم سرد پانی لگنا، درد، میل کا جم جانا، پیپ کا آنا، مسوڑھوں کا پھوٹنا اور دانتوں کا کیڑا لگنا وغیرہ دور کر کے دانتوں کو مضبوط، سفید اور چمکدار بناتا ہے اور متواتر استعمال سے دانتوں اور مسوڑھوں کو اور بہت سے امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔ قارئین کے لیے نسخہ پیش خدمت کریں استعمال کریں اور دعائیں دیں۔

نسخہ ھوالشافی: سرمہ سفید، سلیکٹری، پھٹکری، چھلکا مولی خشک، چاروں چیزوں کو ہم وزن لے کر کوٹ چھان لیں اور محفوظ کریں اور روزانہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

عبقری کے قارئین! آپ بھی حکیم صاحب کی ایک کتاب انعام میں پاسکتے ہیں عبقری کے لیے شاندار اور جاندار تحریر بھجوائیں۔ ہاں تحریر عبقری کے معیار کی ہو۔ اول آنے والے کو یہ انعام ارسال کیا جائیگا۔ اپنا مکمل پتہ لکھنا نہ بھولیں

عملیات

(سبحان اللہ۔۔۔مردان)

مجھے تقریباً 1991ء سے عملیات کا شوق ہے۔ عملیات کے بارے میں جب بھی کوئی کتاب ملی تو پڑھ لی لیکن کسی میں کوئی خاص کامیابی نہیں ہوئی۔ 2006ء میں ملیر کینٹ میں قاضی قطب الدین نقشبندی سے بیعت کر لی۔ انہوں نے اللہ کے نام کے مراقبے بتائے جو کہ ابھی کر رہا ہوں اور ان سے راہِ سلوک کے اسباق سیکھ رہا ہوں۔ پیروں، فقیروں سے مجھے بے حد محبت ہے۔ ہر وقت درویشوں اور اللہ لوک قسم کے لوگوں سے ملنے اور ان سے کچھ سیکھنے کی کوشش میں لگا رہتا ہوں تاکہ کہیں سے بھی کچھ سیکھ کر صرف اللہ تعالیٰ کی رضا کے لیے لوگوں کی خدمت کروں۔ سونا، چاندی، دولت، بنگلہ، گاڑی کسی چیز کی تمنا نہیں بس درویش بننا چاہتا ہوں۔ مختلف کتابوں سے مختلف چیزیں نوٹ کی ہیں جن کو بغیر کسی لالچ کے وقتاً فوقتاً آزماتا رہا ہوں۔ الحمد اللہ نماز پنجگانہ کا پابند ہوں۔ رزقِ حلال کھانے کی کوشش کرتا ہوں۔

(۱) جگر کی تمام بیماریوں کے لیے پانی پر 21 مرتبہ "تَبٰرَکَ اسْمُ رَبِّکَ ذِی الْجَلٰلِ وَالْاِکْرَام" پڑھ کر دیتا ہوں۔ (2) گوہانجی چشم کے لیے بیری کے 7 عدد پتوں پر "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھ کر دم کرتا ہوں۔

(3) بخار والے کو 7 عدد دھاگے پر 4 قل پڑھ کر اور یہ پڑھ کر 14 گرہیں لگا کر دیتا ہوں" قفل کر دم و بستم بنام فلاں بحق لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ"

(4) کسی پر جادو ہے یا جن ہے، معلوم کرنے کے لیے اسکے قد کے برابر دھاگہ ناپ کر اول و آخر 11 مرتبہ درود شریف اور 7 مرتبہ سورہ مزمل پڑھ کر دم کر لیتا ہوں (5) نظر اتارنے کے لیے 3 مرتبہ" وَاِنْ یَکَادُ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا لَیُزْلِقُوْنَکَ بِاَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّکْرَ" (سورۃ القلم آیت نمبر 51) دم کرتا ہوں (6) جب بھی کوئی چیز اللہ تعالیٰ سے مانگتا ہوں تو اول آخر درود شریف، سورۃ الفاتحہ ایک مرتبہ، سورۃ اخلاص 3 مرتبہ۔ کبھی بھی ناکامی نہیں ہوئی۔ (7) کسی کو کوئی بھی بیماری ہو تو 7 مرتبہ سورۃ الفاتحہ اول آخر درود شریف پڑھ کر دم کرتا ہوں۔ اللہ تعالیٰ شفا دیتا ہے (8) دانت درد کے لیے "لکل بناء مستقر و سوف تعلمون" (سورۃ انعام آیت نمبر 67) کا تعویز لکھ کر دیتا ہوں (9) سر درد کے لیے سورۃ اخلاص 3 مرتبہ یا 7 مرتبہ یا 11 مرتبہ پڑھ کر دم کرتا ہوں (10) اسکے علاوہ ہر بیماری کے لیے آیات شفا چینی کی پلیٹ یا کاغذ پر لکھ کر پینے کے لیے دیتا ہوں (11) کبھی کبھی بغیر کچھ پڑھے بھی دل میں نہایت عاجزی اور خلوص کے ساتھ اللہ تعالیٰ کو یاد کر کے کسی کو دعا دے دیتا ہوں اور کام ہو جاتا ہے۔

جگر کی بیماریوں کے لیے تعویز: کَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّکَلِمٰتِ رَبِّیْ (سورۃ کہف آیت نمبر 19) لکھ کر، دائیں بازو پر باندھنا ہے۔

بے پردہ عورت کو سزا

(بلال احمد نقشبندی۔۔۔چوبرجی لاہور)

حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ میں اور میری بیوی فاطمہؓ دونوں نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ ہم نے آپ ﷺ کو روتے ہوئے دیکھا۔ میں نے پوچھا۔ آپ ﷺ پر میرے ماں باپ قربان ہوں، آپ ﷺ کیوں رو رہے ہیں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اے علیؓ میں نے معراج کی رات کو اپنی امت کی عورتوں کو دیکھا کہ ان کو مختلف طریقوں سے عذاب دیا جا رہا ہے۔ آج مجھے وہ منظر یاد آیا۔ تو شفقت و رحمت کی وجہ سے مجھے رونا آ گیا۔

میں نے پہلی عورت کو دیکھا کہ اس کو سر کے بالوں کے ساتھ الٹا لٹکایا گیا ہے۔ اور اسکا دماغ ابل رہا ہے۔ دوسری عورت کو دیکھا کہ اس کو زبان کے ذریعے الٹا لٹکایا گیا ہے اور گرم گرم پانی اس کے حلق میں انڈیلا جا رہا ہے۔ میں نے تیسری عورت کو دیکھا کہ اس کے دونوں پاؤں کو اس کی چھاتیوں کے ساتھ اور دونوں ہاتھوں کو اس کی پیشانی کے ساتھ باندھا گیا ہے۔ میں نے چوتھی عورت کو دیکھا کہ اس کو اس کے پستانوں کے ذریعے الٹا لٹکایا گیا ہے۔ میں نے پانچویں عورت کو دیکھا کہ اس کا سر سور کے سر کی مانند ہے جبکہ بقیہ بدن گدھے جیسا ہے۔ میں نے چھٹی عورت کو دیکھا کہ اس کی شکل کتے جیسی ہے۔ اور آگ اس کے منہ میں داخل ہوتی ہے اور اس کے پاخانے کے راستے سے باہر نکلتی ہے۔ فرشتے آگ کے بنے ہوئے گرزوں سے اسے سر پر چوٹ لگا رہے ہیں۔ یہ سن کر سیدہ فاطمہؓ کھڑی ہو گئیں اور عرض کیا اے میرے پیارے ابو جان میری آنکھوں کی ٹھنڈک۔ ان عورتوں نے کیا گناہ کیے تھے جس کی وجہ سے اتنی سزا دی جا رہی تھی؟ نبی کریم ﷺ نے فرمایا بیٹی پہلی عورت جسے سر کے بالوں سے باندھ کر لٹکایا گیا تھا وہ مردوں سے اپنے بالوں کو نہ چھپاتی تھی۔ ننگے سر بازار میں پھرنے کی عادی تھی۔ دوسری عورت جسے زبان کے ذریعے لٹکایا گیا تھا اس کا قصور یہ تھا کہ وہ اپنے شوہر کو ایذا دیتی تھی۔ اس کے سامنے زبان چلانے کی عادی تھی۔ تیسری عورت جس کے دونوں پاؤں چھاتی سے اور دونوں ہاتھ پیشانی سے باندھ دیئے گئے اور اس پر سانپ بچھو چھوڑ دیئے گئے وہ عورت حیض اور جنابت کے بعد اچھی طرح فرض غسل سے اپنے بدن کو پاک صاف نہیں کرتی تھی اور نماز کا مذاق اڑاتی تھی۔ چوتھی عورت جس کو پستان کے ذریعے لٹکایا گیا تھا وہ بدکار عورت تھی جو غیر مردوں سے زنا کی مرتکب ہوتی تھی۔ پانچویں عورت جس کا سر سور جیسا اور جسم گدھے جیسا تھا تو یہ عورت چغل خوری کرتی تھی اور جھوٹ بولتی تھی۔ چھٹی عورت جس کی شکل کتے جیسی تھی اور آگ اس کے منہ میں داخل ہو کر پاخانے کے راستے باہر نکلتی تھی تو یہ وہ عورت تھی جو حسد کرتی تھی اور احسان جتاتی تھی۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اللہ میری ماں، بہنوں کو پڑھ کر اس پر عمل کرنے کی توفیق فرمائے اور پردہ کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

شادی کی رکاوٹ کے لیے مجرب عمل

(خادم حسین۔۔۔میاں چنوں)

ہر روز وقت مقررہ پر 7 دفعہ سورہ ممتحنہ (پارہ نمبر 28) اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا مانگیں یہ عمل کم از کم 41 روز تک جاری رکھیں۔ مجرب ہے۔

کسان کی حرکت، عُشر کی برکت

(قاضی محمد اسرائیل۔۔۔گڑنگی مانسہرہ)

میری یہ تحریر آپ کے پاس امانت ہے۔ اگر کوئی عمل کر گیا تو اس کی فصل میں برکت ہوگی، اگر نہ کیا تو پھر بھی آپ کو اس کے چھاپنے پر برکت مل جائے گی۔ آپ کے نامہ اعمال میں نیکی لکھ دی جائے گی۔ کہ مسلمان کا مال اور جان تو اللہ کے قانون کے پابند ہیں۔ مال پر سال گزرنے کے بعد زکوۃ فرض ہے۔ اس طرح زمین کی پیداوار پر فصل جب تیار ہو کر کٹ جائے تو اس پر عشر واجب ہے۔ میرے کسان بھائی اس چیز سے غافل ہیں۔ یہی بات آپ کے ذمہ لگائی جاتی ہے کہ ہر کسان کو یہ بات سنائی جائے کہ زمین کی جب فصل تیار ہو تو اگر خود نہر کا پانی لگا کر فصل تیار کی ہے تو بیسواں حصہ اللہ کے نام پر دیا جائے گا۔ اگر آسمانی بارش کی وجہ سے زمین سیراب ہوتی رہی تو دسواں حصہ اللہ کے نام پر دیا جائے گا۔ کسان اس کو کہا جاتا ہے جو زمین میں ہل چلائے۔ میرے آباؤ اجداد بھی کسان تھے۔ ہمارے والد صاحب جب فصل تیار ہوتی تو چند حصے بناتے تھے ایک عشر کا دسواں حصہ کیونکہ وہ زمین بارش ہی کے پانی سے سیراب ہوتی ہے۔ ایک امام صاحب کا حصہ۔ ایک مسجد کے خادم صاحب کا۔ کچھ حصے اور بھی اقرباء وغیرہ کے ہوتے۔ ہم والد صاحب سے کہتے کہ ہماری زمین کی پیداوار کم ہے اور عشر ہم پہ لازم نہیں، وہ فرماتے بس تھوڑے میں سے تھوڑا اللہ کے لیے دیتا ہوں اس میں برکت ہوگی۔ اللہ کا نام بڑا ہے اس کے نام پر جب تھوڑی چیز بھی دی جاتی ہے وہ بڑی ہو جاتی ہے۔ ہمارے گاؤں کے امام صاحب فرماتے ہیں کہ پورے گاؤں میں محمد اسماعیل کی فصل جدا ہے۔ شاید یہ عشر کی برکت ہوگی۔ ہمارے گاؤں کی زمین میں سال میں صرف ایک ہی فصل مکئی تیار ہوتی ہے۔ جن علاقوں میں دو یا تین فصلیں تیار ہوتیں ہیں ان پر ہر فصل اٹھانے پر عشر لازم ہے۔ وہ عشر ادا کریں اگر عشر ادا نہیں کریں گے تو پہلا کام یہ ہوگا برکت ختم ہو جائے گی۔ دوسرا کام یہ ہوگا کہ سکون چلا جائے گا۔ تیسرا کام یہ ہوگا کہ اولاد نافرمان ہو جائے گی۔ چوتھا نقصان یہ ہوگا قبر کی زندگی تباہ ہوگی۔

اب میرے ذہن میں یہ بات آتی ہے کہ میرے والد کی یہ ادا اللہ کو اچھی لگی اور دنیا ہی میں نقد صلہ عطا فرما دیا کہ اولاد کو دین پر لگا دیا۔ یا اللہ تیرا شکر ہے۔ امید کی جاتی ہے کہ اللہ کا فضل و کرم ہوا تو آخرت بھی اچھی ہو جائے گی۔ نیت پر پھل ہوتا ہے۔ اگر آپ خود کسان ہیں تو اس پر عمل کریں اور اگر آپ کا کوئی عزیز ہے تو اس کو سنائیں۔ جہاں جہاں تک آواز لگا سکتے ہیں، لگائیں۔

تحفہ

(حکیم حبیب اللہ فیض۔۔۔میرپور سندھ)

ماہنامہ عبقری میں آج پہلی مرتبہ حاضری ہو رہی ہے۔ نصرتِ خداوندی اگر شاملِ حال رہی تو انشاء اللہ ان صفحات میں آپ سے ملاقات رہے گی۔ میرے نانا جی حضرت میاں جمال الدینؒ حضرت جی مولانا محمد الیاسؒ بانی دعوت و تبلیغ کے شاگرد تھے۔ 1999ء میں دار فانی سے کوچ فرما گئے۔ عملیات میں ان کا شہرہ دور دور تک تھا کسی قدر طب سے بھی لگاؤ تھا۔ ان کے معمولات و مجربات، افادۂ قارئین اور نانا جی کے لیے ایصالِ ثواب کی نیت سے گاہے بگاہے آپکی خدمت میں پیش کرتا رہوں گا۔ آج آپ کی خدمت میں جو تحفہ پیش کر رہا ہوں وہ نانا جی مرحوم کا تو نہیں البتہ ایک بہت بوسیدہ کتاب میرے ہاتھ لگی تھی اس میں پڑھا تھا۔ یہ ایک عمل ہے جو مقصد برآری کے لیے ہے۔ مذکورہ کتاب میں اس عمل کے متعلق لکھا ہے کہ

''حضرت سلطان نظام الدین اولیاء محبوب الٰہی قدس اللہ سرۃ العزیز سے روایت ہے کہ جو کوئی ایک سو بار بعد نماز فجر، اس کو پڑھے گا انشاء اللہ ایک ہفتہ میں اسکی حاجت پوری ہوگی اور اگر مقصد برآری نہ ہو تو کل قیامت کے روز اس کا ہاتھ میرے دامن میں ہو''

مذکورہ عبارت پڑھ کر میں بہت حیران ہوا اور اپنے ایک ضروری کام کے لیے میں نے یہ عمل پڑھنا شروع کیا۔ جس کام کے لیے میں یہ عمل پڑھا بظاہر اس کا ہونا، ناممکنات میں سے تھا۔ میری اس وقت حیرت کی انتہا نہ رہی کہ وہ ناممکن کام، ممکن ہو گیا۔ شیطان نے دل میں یہ وسوسہ پیدا کیا کہ یہ تو ایک اتفاق ہو سکتا ہے۔ میں نے اپنے دیگر امور کے لیے اسے پڑھا، واللہ میں نے اسے ایسا ہی پایا جیسا کہ لکھا ہے۔ میں نے اپنے دوستوں کو بھی بتلایا انہوں نے بھی اس سے خوب فائدہ اٹھایا۔ آج قارئین ماہنامہ عبقری کی خدمت میں پیش ہے۔ انشاء اللہ مشرق و مغرب کے فاصلوں پر اپنے بکھرے مقاصد کو مقناطیسی کیفیت سے پورا ہوتے دیکھیں گے۔

عمل مبارک یہ ھے

بروز جمعہ: **یا ھو یا اللّٰہ** بروز ہفتہ: **یا رحمٰن یا رحیم**

بروز اتوار: **یا واحد یا احد یا صمد**

بروز پیر: **یا ذالجلال و الاکرام**

بروز منگل: **یا حی یا قیوم** بروز بدھ: **یـا حَنّـانُ یَا مَنّانُ**

بروز جمعرات: **یا مَالِکَ الْمُلْکِ یا ذالجلال و الاکرام**

اللہ کی طرف رجوع

(محمد آصف قائم خانی۔۔۔کنڈیارو سندھ)

ایک دفعہ لاہور سے ٹرین کے ذریعہ کنڈیارو آنا تھا۔ سردیوں کے دن تھے اور لاہور کی سخت سردی۔ ٹرین میں بندہ کو برتھ درکار تھی لیکن سیٹ تک ٹرین میں موجود نہ تھی۔ لاہور پلیٹ فارم پر سخت سردی تھی۔ رات 9:00 بجے کا وقت تھا۔ میرے ساتھ میرے محسن عاشق حسین صاحب بھی تھے۔ گارڈ سے معلوم کیا کہنے لگا کوئی سیٹ/ برتھ موجود نہیں ہے۔ قلی وغیرہ سے معلوم کیا غرض ہر طرف سے'' نا '' کا جواب ملا۔ پھر بندہ نے اللہ پاک کی طرف رجوع کیا اور بندہ کو اپنے شیخ کی طرف سے (خزانہ نمبر 2) کا وظیفہ ملا ہوا تھا۔ وظیفہ کو پڑھنا شروع کیا اور اللہ سے دل ہی دل میں دعا بھی کرتا رہا۔ پریشانی یہ تھی کہ لاہور سے کنڈیارو تک کا سفر بغیر سیٹ/ برتھ کے کیسے ہوگا (جو کہ تقریباً 14 گھنٹہ کا سفر ہے)۔ بندہ پلیٹ فارم پر تھک ہار کر بیٹھ گیا لیکن اللہ سے رجوع اور خزانہ نمبر 2 کا ورد چل رہا تھا۔ تھوڑی دیر گزری کہ ایک نوجوان آیا اور بندہ کو کہنے لگا آپ کو برتھ چاہیے۔ بندہ اس نوجوان کو تھوڑی دیر ٹکٹکی باندھے دیکھتا رہا کہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے اتنی کھلی مدد پر یقین نہیں آرہا تھا۔ پھر بندہ نے اس نوجوان سے برتھ دینے کی وجہ پوچھی کہ یہ برتھ وہ بندہ کو کیوں دے رہا ہے؟ حالانکہ اور لوگ بھی پریشان حال موجود ہیں اور برتھ دینے بندہ کی طرف ہی کیوں آیا؟ نوجوان کا جواب بہت ہی سادہ سا تھا کہنے لگا میں اس ٹرین سے کراچی جانے کے لیے آیا تھا لیکن بیٹھے بیٹھے مجھے خیال آیا کہ صبح والی ٹرین سے کراچی جاؤں گا اور دوسری نظر اس کی بندہ پر پڑی کہ یہ برتھ میں انہیں دے دوں شاید انہیں ضرورت ہو اور اس طرح اللہ نے بندہ کی مشکل آسان کر دی۔

آئیں مل کر دعا کریں

اسم اعظم کے ذکر کی روحانی محفل

اسم اعظم سے روحانی و جسمانی مشکلات کا یقینی علاج

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس' مسنون ذکر خاص' مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد وخواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف' سورۃ فاتحہ' سورۃ الم نشرح' سورۃ اخلاص آیت کریمہ، اسم الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

معاشی پریشانی

محمد عارف۔۔۔ (ایبٹ آباد)

(جناب محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

گزارش ہے کہ چند نہایت پریشان کن حالات کا شکار ہوں۔ ہم دو بھائی اکٹھے رہتے ہیں۔ چھوٹی پانچ بہنیں شادی شدہ ہیں۔ ایک چھوٹی دوکان ہے۔ دوکان کی آمدن اخراجات سے بہت ہی کم ہے۔ ہم شروع سے مقروض چلے آ رہے ہیں۔ بہنوں کی شادیوں کی وجہ سے قرض 7 لاکھ تک پہنچ چکا ہے۔ ہماری کچھ 30 مرلہ زمین ہے لیکن سیزمین کچھ لالچی لوگوں کی زمین کے اندر گھری ہوئی ہے۔ یہ لوگ ہماری مجبوری سے ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اور ہم اس کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ مہربانی فرما کر ہمارے لیے دعا کریں اللہ ہماری مشکل کو حل کر دے۔ آپ کے لیے دعا گو ہوں جو سلسلے انسانیت کی خدمت کے لیے آپ نے شروع کر رکھے ہیں اللہ کریم انہیں مزید ترقی نصیب فرمائے۔ آمین۔

قرض سے نجات

محمد حفیظ الرحمٰن۔۔۔ ہارون آباد

جناب حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

میں بہت مقروض ہونے کی وجہ سے سخت پریشان ہوں۔ قرض خواہ کا سامنے کرنے کی بالکل ہمت نہیں ہوتی۔ شرمندگی سے بات نہیں نکلتی۔ بھول جانا پڑھنے سے نماز میں خشوع و خضوع پیدا ہو گیا ہے۔ میرے لیے منگل کے درس میں خصوصی دعا کریں کہ اللہ مجھے قرض کے عذاب سے نجات دلائے۔ اور اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز فرمائے اور حاسدوں کے شر سے بچائے۔ آمین۔

احساس کمتری کا شکار

سلیم وادی۔۔۔ ارشد ہوں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

جناب والا میں ''ماہنامہ عبقری'' کا قاری ہوں۔ میں آپ سے مشورہ اور دعا کا متمنی ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں لوگوں کے سامنے بالکل بیان کرنے سے قاصر ہوں۔ اگرچہ ایک بات مجھے اچھی طرح معلوم کیوں نہ ہو میں کسی بھی محفل میں اس کا اظہار نہیں کر سکتا۔ میں ایک صحت مند انسان ہوں، کوئی کمزوری یا بیماری بھی نہیں ہے۔ عمر تقریباً چالیس، بیالیس سال ہے۔ مجھے اپنی دعاؤں میں خصوصی یاد رکھیں۔ اللہ میری اس کمزوری کو دور کر دے اور میرے لئے رزق میں کشادگی کے لیے بھی دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے علم و عمل میں اضافہ فرمائے اور آپ کو نظر بد سے بچائے۔ آمین۔

بیٹیاں نیک صالح اور فرمانبردار

ایک بیٹی

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم!

میں نے آپ کا نام بہت سنا ہے آپ کو دیکھنے کا بہت اشتیاق ہے۔ لیکن میری کچھ مجبوریاں ہیں جس کی وجہ سے آپ سے ملاقات نہیں ہو سکتی۔ صرف خط سے بات چیت ہو سکتی ہے۔ حکیم صاحب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری تین بیٹیاں ہیں تیسری بیٹی کی دفعہ میں نے اللہ سے بہت زیادہ دعا کی اور پڑھائی بھی کی لیکن اللہ نے پھر بھی بیٹی دی۔ آپ سے استدعا ہے کہ میری بیٹیوں کو لیے دعا کریں وہ نیک، صالح اور فرمانبردار ہوں اور ان کے نیک نصیب ہوں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو لمبی عمر عطا کرے تاکہ آپ اسی طرح لوگوں کی خدمت کرتے رہیں آمین۔

گناہوں پر شرمندگی

نور فاطمہ۔۔۔ کراچی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم!

حکیم صاحب میں بہت زیادہ گناہ گار ہوں۔ اپنے لیے اللہ سے ہر وقت دعا مانگتی ہوں کہ اللہ تعالیٰ مجھے معاف کر دیں۔ آپ بھی میرے لیے منگل کے درس میں دعا مانگیں کہ اللہ میرے تمام گناہ معاف فرمادے اور مجھے نیکی پر استقامت عطا فرمائے۔ میں کوئی بھی ذکر کرتی ہوں تو میرا ہر کام الٹا ہو جاتا ہے اور نقصان ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس کے لیے بھی اللہ سے میرے لیے دعا مانگیں۔ شکریہ

گھریلو پریشانی

ناہید اختر۔۔۔ نارووال

محترم حکیم طارق محمود صاحب السلام علیکم!

حکیم میرے خاوند کے گھر والے مجھ سے بہت ناروا سلوک کرتے ہیں۔ شاید کہ میرے والدین بہت غریب ہیں اور میری تین بیٹیاں ہیں، بیٹا کوئی نہیں ہے۔ حکیم صاحب میرے لیے نیک صالح بیٹے کی دعا کریں اور مزید اللہ تعالیٰ سے میرے لیے دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ میری مشکل آسان کر دیں۔ مجھے قبر کے عذاب سے، دوزخ سے بچائے اور اللہ تعالیٰ مجھے اور میرے بچوں کو صراط مستقیم پر چلائے اور میرے میاں کے کاروبار میں برکت دے۔ میری اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کو ہر دکھ درد اور بیماری سے محفوظ رکھے آمین۔

دین و دنیا کی بھلائی

محمد رمضان چوہدری (ریٹائرڈ انسپکٹر پنجاب پولیس)

مکرمی و معظمی جناب قبلہ محترم حکیم صاحب!

آداب قبل ازیں دو عریضے اعمال کے بارے میں تحریر خدمت کرتے دستی پیش کئے تھے۔ اللہ کا شکر ہے کہ اعمال حسب دستور سابق کر رہا ہوں۔ رمضان شریف میں تراویح باجماعت ادا کی اور پورا قرآن پاک سنا۔ اعتکاف بھی بیٹھا اور 5 مرتبہ قرآن پاک ختم کیا۔ یہ سب اللہ تعالیٰ کی مہربانی اور آپ کی دعاؤں (نظر کرم) کی وجہ سے ہے ورنہ میں کیا اور میری اوقات کیا۔ میری تمام زندگی آپ کے سامنے ہے جہاں سوائے گناہوں کے کچھ نہیں ہے۔ بس اللہ تعالیٰ کی رحمت و فضل و کرم پر بخشش کا بھروسہ ہے اور آپکی رحمت سے مایوس نہیں ہونا آپ سے استدعا ہے کہ میرے لیے دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ میری گھریلو مشکلات کو آسان کر دے۔ اولاد کی دین و دنیا میں بھلائی فرمادے۔ آمین۔

بلی سے کھیت کی حفاظت کیسے ہوئی؟

فصل عین پکنے کے قریب تھی جب کہ چوہوں نے حملہ کر دیا اور پورے علاقے کے چاول کاٹ کر رکھ دیئے...... لیکن حیرت انگیز طور پر ''ہمارے کھیتوں میں دو بڑے بڑے بلے آ کر بیٹھ گئے

(تحریر: ڈاکٹر عبدالغنی فاروق)

چوہدری مظفر حسین (وفات 2004ء) علمی دنیا کا ایک معروف نام ہے۔ موصوف مرحوم محکمہ زراعت بھی خاصے بڑے افسر تھے اور بہت سی کتابوں کے مصنف بھی تھے۔ یہ میری خوش بختی ہے کہ چودھری صاحب مجھ سے بہت محبت اور اخلاص سے پیش آتے تھے۔ ایک بار میں نے درخواست کی کہ ''مکافات عمل'' کے حوالے سے کسی خاص واقعے کی نشاندہی فرمائیں۔ تب انہوں نے ایک حیرت انگیز بات سنائی۔ انہوں نے بتایا کہ چودھری غلام قادر محکمہ زراعت میں افسر تھے اور ان کے ذاتی دوست بھی تھے۔ ان کا تعلق شکر گڑھ کے قریب ایک مشہور قصبے مینگڑی سے تھا۔ انہوں نے بتایا کہ ان کے والد زمیندار تھے۔ بہت ہی متقی انسان تھے اور بڑے ہی غریب پرور تھے۔ بیواؤں اور یتیموں کی خاص سرپرستی کرتے اور غریب طالب علموں کے وظائف مقرر کرتے تھے۔ کسی کو پریشان حال دیکھنا انہیں گوارا نہ تھا۔

چودھری غلام قادر کی روایت کے مطابق ایک برس چاول کی فصل عین پکنے کے قریب تھی جب کہ چوہوں نے حملہ کر دیا اور پورے علاقے کے چاول کاٹ کر رکھ دیئے...... لیکن حیرت انگیز طور پر ''ہمارے کھیتوں میں دو بڑے بڑے بلے آ کر بیٹھ گئے اور انہوں نے کسی چوہے کو وہاں گھسنے نہیں دیا۔ نتیجہ یہ کہ باقی سارا علاقہ تباہ ہو گیا لیکن ہمارے کھیت بالکل سلامت رہے''۔

قارئین گرامی: قرآن پاک کی مشہور آیت ہے۔

''واما ما ینفع الناس فیمکث فی الارض''

(سورہ رعد۔ آیت نمبر 18)

یعنی ہر وہ چیز جو خلق خدا کے لیے نفع بخش ثابت رہتی ہے اللہ تعالیٰ اس کو مضبوطی سے زمین میں گاڑ دیتا ہے۔

یعنی اسے دوام حاصل ہو جاتا ہے اور زمانے کے نشیب و فراز سے نقصان پہنچانے میں کامیاب نہیں ہوتے۔ چنانچہ میں نے اوپر جو واقعات پیش کئے ہیں وہ اسی اصول خداوندی کی تعبیر ہیں اور وہ اس امر کی بین دلیل ہیں، کہ جو شخص بھی خلق خدا یا دوسرے لفظوں میں خدا کے کنبے (الخلق عیال اللہ) کے لیے نفع بخش بنے گا، ان کی مشکل میں کام آئے گا۔ اللہ اپنے فضل سے انہیں آفتوں سے اور عذاب سے محفوظ رکھے گا۔

جیسا کہ مندرجہ بالا واقعات سے ثابت ہے اور اگرچہ اس نوعیت کے واقعات کی تعداد بہت کم ہے لیکن اگر توجہ سے دیکھیں تو جگہ جگہ اس قسم کی مثالیں دیکھی جا سکتی ہیں۔

بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ انسانوں کی اکثریت کوتاہ اندیش واقع ہوئی ہے۔ وہ خود غرضی اور مفاد پرستی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ کنجوسی اور تنگ نظری کو اپنا شعار بنا لیتے ہیں ورنہ اگر وہ یہ یقین حاصل کر لیں اس کائنات کا ایک خالق و مالک بھی ہے، یہ زمین، یہ جائیداد، یہ ذہنی عملی صلاحیتیں اس کی عطا ہیں، ہمیں اس دنیا میں امتحان کیلئے بھیجا گیا ہے اور خصوصاً حقوق العباد کے سلسلے میں ہمیں سخت جوابدہی کا سامنا کرنا پڑے گا۔ تو یقیناً ان کا رویہ عام خلق کے حوالے سے مثبت اور تعمیری بنیادوں پر استوار ہو جائے گا...... پھر وہ کسی کو دکھ اور مصیبت میں نہیں دیکھ سکیں گے اور آگے بڑھ کر ان کے مسائل کو حل کرنے کی کوشش کریں گے۔

ایسے خوش بخت لوگ، جیسا کہ میں نے عرض کیا، دنیا میں بہت کم ہیں لیکن جتنے بھی ہیں وہ اپنے غیر معمولی رویے کی وجہ سے خدا کے محبوب بن جاتے ہیں، اور وہ معجزاتی انداز میں ان کی پاسبانی کرتا ہے، انہیں مختلف آفتوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ ان کے کاروبار میں وسعت اور برکت عطا کر دیتا ہے، ان کی فصلوں کو کیڑا نہیں لگتا۔ موسموں کی شدت انہیں نقصان نہیں پہنچاتی اور ان کا خاندان بیماریوں اور پریشانیوں سے محفوظ رہتا ہے...... اور چونکہ اس آیت قرآنی میں کسی مذہب وملت کی تخصیص نہیں ہے۔ اس لیے مسلمان ہو یا ہندو، یہودی ہو یا عیسائی جو شخص بھی خلق خدا کیلئے نفع بخش بنتا ہے، مشکلات اور پریشانیوں میں ان کی دست گیری کرتا ہے۔ اللہ دنیا ہی میں اسے مادی برکات سے نواز دیتا ہے۔ وہ اپنے ذمے ادھار نہیں رہنے دیتا۔

چنانچہ مجھے اس امر میں کوئی شبہ نہیں ہے کہ وطن عزیز میں زراعت کے حوالے سے زمیندار (بقیہ صفحہ نمبر 7 پر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

☆ آپ نے پچھلے رسالے میں کمر کے درد کا پوچھا تھا اس کے لیے میرا آزمودہ نسخہ کالی ہریڑ۔ سنڈھ اور پنیر ڈوڈی ایک ایک چھٹانک لیکر پیس لیں۔ بڑے کیپسول بھر لیں۔ دن میں 4 بار ایک کیپسول لیں۔ 2 ماہ تک استعمال کریں۔

(ارسلان احمد...... قصہ خوانی بازار پشاور)

کمر کے درد کے لیے ایک ٹوٹکہ ہے کہ شہد دیسی کو نچوڑ کر اس کا موم لے لیں اس کی گولیاں بنائیں 2 گولی پانی کے ہمراہ دن میں 4 بار لیں۔ (وقار حسین۔۔۔ ہری پور)

کمر کے درد کے لیے ہماری دادی اماں نے یہ نسخہ بتایا تھا حرمل کالی مرچ اور اجوائن ہموزن پیس کر 1/2 چمچ دن میں دو بار گرم دودھ کے ہمراہ لیں۔ 5 ہفتے تک (رشیدہ خاتون، کراچی)

☆ امتحان میں کامیابی کا پوچھا آپ سوتے وقت سورۃ الم نشرح 4 بار پڑھ کر سویا کریں۔ ایسا روزانہ کریں (ام عبید۔ ملتان)

سوتے وقت سینے پر لفظ **عمر** 11 بار لکھا کریں۔ حیرت انگیز رزلٹ ملیں گے۔ (قاری احسن اللہ۔۔۔ کوہاٹ)

☆ عزیز سے ملاقات کے لیے سوتے وقت سورۃ التکاثر 41 بار پڑھ کر سو جائیں۔ 11 دن، حد 21 دن ایسا کریں۔ کسی عزیز کا تصور ضرور کریں۔ (مہرالنساء۔۔۔ ٹیکسلا)

یا لطیفُ یا خبیرُ یا غائبُ 313 بار پڑھ کر اس عزیز کی روح کو ثواب پہنچائیں اور سو جائیں۔ (روزانہ سوتے وقت 41 دن تک) (عظمت اللہ خان۔۔۔ کوئٹہ)

☆ سردی کے موسم کی تکلیف کے لیے آپ مستقل معجون فلاسفہ دن میں 4 بار ایک ایک چمچہ استعمال کریں۔

(رشید الدین اصلاحی۔۔۔ لاہور)

روغن زیتون ایک چمچہ، شہد 3 چمچے سوتے وقت دودھ گرم کے ساتھ استعمال کریں (نعمان صادق۔۔۔ ڈیرہ غازی خان)

اللہ کی بہترین نعمت ایک مخلص دوست ہے۔ (حکیم اقلیدس)

(بقیہ: آپ کی صحت اور ماہِ فروری)

اور صرف ایک ماہ کے لیے ان کا ترک کرنا چنداں دشوار بھی نہیں ہے۔

2- اعتدال کے ساتھ چائے کا استعمال جاری رکھنا چاہیے لیکن واضح رہے کہ اس کی کثرت بہر حال باعث نقصان ہے۔

3- کھانا کھانے کے بعد اگر نصف تولہ سونف (گرد و غبار سے صاف) کو کسی مرغوب گلوری کی طرح چبا کر نگلنے کا اپنا معمول بنا لیا جائے تو مفید ہے۔ اس سے ہاضمہ بھی درست رہے گا اور طبعی بشاشت و استعداد بھی بحال رہتی ہے۔ نزلہ و زکام اور دیگر ممکنہ اعصابی عوارض سے محفوظ رہنے کے لیے مندرجہ ذیل قہوہ کے چند گھونٹ رات کو سوتے وقت بقائے صحت کے لیے بہترین حفظ ماتقدم بلکہ ٹانک کا درجہ رکھتے ہیں۔

الائچی سبز	بادیاں خطائی	دار چینی	سبز چائے
ایک عدد	ایک ماشہ	۴ رتی	۳ ماشہ

ترکیب قہوہ:-

ڈیڑھ سیر پانی کو اس قدر جوش دیں کہ پانی کھولے، آگ سے اتار کر مندرجہ ذیل اجزا کا مرکب اس میں ڈال کر اسے قریباً پانچ منٹ تک دم دیں اور پھر چینی ملا کر نصف کپ سے ایک کپ تک استعمال کریں۔ اپنے ملک و ملت کی قیمتی متاع یعنی بچوں کو خشک ہوا کے جھونکوں سے بچا کر رکھیں، بچے کے کان، چھاتی وغیرہ کسی نرم و گرم کپڑے سے محفوظ رکھیں۔ حفظ ماتقدم کے طور پر انڈے کی زردی کا تیل نکال کر نیم گرم ہلکا ہاتھ رکھ کر چند ساعت مالش کیا کریں۔ یہ عمل آپ کے بچے کی توانائی بحال رکھنے اور صحت کو قابل رشک بنانے میں آپ کے بچے کا محافظ ہے۔

(بقیہ: مسمی، ذائقہ، صحت اور طاقت)

(۱۲) مسمی کے بیج اور زرد چھلکا ہم وزن لے کر عرق گلاب میں بانس کی لکڑی سے دو روز تک کھرل کر کے سرمہ بنا لیں۔ اس سرمے کو رات سوتے وقت، آنکھوں میں لگانے سے جالا، دھند دور ہو جاتا ہے اور نظر تیز ہو جاتی ہے۔ (۱۳) مسمی کے موٹے زرد چھلکے کو خشک کر کے جلا لیں اور راکھ میں شہد ملا کر چاٹنے سے کھانسی دور ہو جاتی ہے۔

(۱۴) اسی طرح تین ماشے مذکورہ راکھ ایک تولہ شہد یا شربت بنفشہ میں ملا کر بار بار چاٹنے سے گلے کی خرابی، کھانسی فوراً ٹھیک ہو جاتی ہے اور بلغم خارج ہو جاتا ہے (۱۵) یہ پیشاب آور ہے۔ (۱۶) مسمی کے استعمال سے جسم میں بیماریوں سے بچنے کی قوت مدافعت پیدا ہوتی ہے۔

(بقیہ: شخصیت نکھاریے، گھر سنواریے)

لباس:- ایسا لباس پہننا چاہیے جو ہماری جسمانی ساخت اور شخصیت کے عین مطابق ہو۔ عمر کا بھی خیال رکھنا چاہیے اور اس میں اضافے کے ساتھ لباس میں صوفیانہ رنگ غالب آتے رہنا چاہیے۔ ایسا لباس پہنیں جو آپ کی رنگت کو بھی اجاگر کرنے کی صلاحیت رکھتا ہو۔ بعض شخصیات بھڑکیلے اور شوخ کپڑوں میں خوب بجتی ہیں۔ جب کہ بعض دوسروں کو ایسے ملبوسات میں دیکھ کر ترس آتا ہے۔ آپ کو چاہیے کہ محض جدید فیشن اپنانے کے بجائے صاف ستھرے اور خوبصورت رنگوں والے ملبوسات کو زیادہ اہمیت دیں۔ خواتین کے لیے میک اپ اور زیورات کا انتخاب بھی موقع اور ضرورت کے عین مطابق ہونا چاہیے۔ (باقی آئندہ)

(بقیہ: دواؤں سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل)

پروسٹیٹ کی دوائیں:- فیناسٹیرائڈ (Finasteride) بڑھے ہوئے غدود مثانہ (پروسٹیٹ) کو گھٹانے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اس کی وجہ سے خون میں شامل مردانہ ہارمون (ٹیسٹو سٹیرون) کی مقدار بھی کم ہو جاتی ہے۔ کبھی کبھار اس کی وجہ سے نامردی لاحق ہو سکتی ہے۔ اسی کے ساتھ مادہ حیات کی مقدار میں بھی کمی آ سکتی ہے۔ یہی اثرات پروسٹیٹ کے لیے استعمال ہونے والی دواؤں گوسیریلین (Goserelin) سائپروٹیرون (Cyproterone) اور اسٹل بوئسٹرول (Stilbosestrol) کے استعمال سے بھی رونما ہو سکتے ہیں۔

دیگر متفرق دوائیں:- اسپائرونولیکٹون (Spironolcatone) ایک پیشاب آور دوا ہے۔ جو زیادہ تر ناکامی قلب کے مریضوں کے علاوہ گردوں اور جگر کی ناکامی کے مریضوں کو استعمال کرائی جاتی ہے۔ طویل عرصے تک اس کے استعمال سے بھی استادگی میں مشکل پیدا ہو سکتی ہے۔ اسی طرح معدے کے زخم (السر) کی دوا سائی ٹائڈین (Cimetidine) کے استعمال سے بھی شاذ و نادر صورتوں میں ایسے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

حل کیا ہے؟

اس کا پہلا اور بنیادی حل یہ ہے کہ دوا ساز ان دواؤں کے اوپر ان سے پیدا ہونے والے جنسی مسائل کے بارے میں مکمل معلومات درج کر دیا کریں۔ ویسے یہ بات بھی پیش نظر رہنی چاہیے کہ جنسی مسائل کے کئی اسباب ہوتے ہیں۔ زیادہ کام، دباؤ اور خود وہ مرض بھی جس کا علاج کرا رہے ہوں۔ اسکے باوجود اگر آپ کسی دوا کو اپنے اس مسئلے کا سبب سمجھتے ہیں تو اپنے معالج سے ضرور اس سلسلے میں رابطہ کریں کیونکہ اسے یقیناً ان مسائل کے بارے میں اہم معلومات اور تدابیر کا علم بھی ہو سکتا ہے۔ عین ممکن ہے کہ وہ دوا تبدیل کر دے، جس سے یہ مسائل کم ہو جائیں۔ مثلاً امریکن کالج آف فزیشنز کے علم میں یہ بات آئی کہ کلورتھالیڈون (Chlorthalidone) نامی پیشاب آور دوا کی وجہ سے یہ مسائل سب سے زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔ اس کے بعد بیٹا بلا کر ایسی بیوٹولول (Acebutolol) کے بھی یہی اثرات ہوتے ہیں۔ ان کے برخلاف بلڈ پریشر کم کرنے والی دوا اینالاپریل (Enalapril) سے یہ مسائل بہت کم پیدا ہوتے ہیں۔ برطانوی محققین کے مطابق بلڈ پریشر کم کرنے والی دوا والسارتان (Valsartan) کے استعمال سے جنسی کارکردگی زیادہ بہتر ہو جاتی ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ نیفازوڈون (Nefazodone) اور مرتازاپائن (Mirtazapine) نامی مانع پستی دواؤں سے بھی ایسے مسائل بہت کم پیدا ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ تجویز کردہ دوا آپ کے حالات مرض کے لحاظ سے آپ کے لیے نہایت مناسب ہو، لیکن اس کے باوجود اس سلسلے میں معالج سے ضرور دوبارہ غور کرنے کی بات کرنی چاہیے۔

(بقیہ: انگور کے پتوں سے پتھری کا علاج)

کر اس درخت کی پھلیاں لے کر کوٹ پیس کر 1/4 چمچہ پانی کے ہمراہ صبح و شام استعمال کرائیں صرف چند روز کے استعمال سے کیرے (حلق میں بار بار بلغم گرنے کا مرض) ختم ہو گیا۔ پھر مزید مریضوں کو یہ نسخہ استعمال کرایا واقعی لاجواب ہے۔

(بقیہ: کمر اور مہروں کے مسائل کا آزمودہ چٹکلہ)

مزاج: سردی کی طرف مائل ہے اور اعتدال کے قریب ہے۔

افعال: اورام حارہ اور اوجاع کو تحلیل و تسکین دیتی ہے۔ اس میں قوت تریاقیہ ہے۔ مسکن حرارت، مسکن معدہ، مدر بول ہے۔

نفع خاص: محلل اورام، دافع زہر۔

جدید تحقیقات:- پروٹین 10.47، سوتر 28.17 اور راکھ 11.75 ہوتی ہے۔ راکھ میں کیلشیم 0.77، فاسفورس 0.59، میگنیشیم 0.34 پوٹاشیم 2.08 ہوتا ہے۔ خشک دوب میں ہر 400 گرام میں پروٹین 6.4 اور کاربوہائیڈریٹ 36.16 فی صد ہوتا ہے۔

فوائد:- کہیں بھی چوٹ لگ جائے اور زخم سے خون بہہ رہا ہو تو فوراً تھوڑی سی دوب لیکر اچھی طرح پیس کر زخم پر رکھ کر باندھنے سے خون فوراً رک جاتا ہے اور زخم بھی جلدی بھر جاتا ہے۔

جلدی امراض:- ہری دوب کا رس 200 گرام لیکر 200 گرام تلوں کے تیل میں ملا کر دھیمی دھیمی آنچ پر گرم کرتے کرتے جب رس جل جاوے اور تیل رہ جاوے تو اسے ٹھنڈے ہونے پر کپڑے سے چھان لیں۔ اس تیل کی مالش سے جلدی امراض دور ہو جاتے ہیں۔

نوٹ:- تیل قلعی دار برتن میں، جو کہ لوہے کا ہو تیار کریں۔ المونیم کا برتن استعمال نہ کریں۔

کثرت طمث:- ہری دوب کو مناسب چینی ڈال کر گھوٹ کر پانی میں گھول کر چھان لیں۔ 5 سے 10 گرام پلا دیں فائدہ نہ ہونے پر روزانہ پلاتے رہیں۔ اس سے بول بھی زیادہ آتا ہے اور کثرت طمث کا عارضہ بھی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ **منہ کے چھالے:-** دوب کا جوشاندہ بنا کر کلیاں کرنے سے منہ کے چھالے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

موسمی بخار دوب کے رس کا 1/2 چمچ اور اس کا سفوف اڑھائی گرام ملا کر چاٹنے سے ملیریا بخار کو آرام آ جاتا ہے۔

خونی بواسیر دوب کا رس 1/2 چمچ، دودھ گرم کر کے ٹھنڈا کیا ہو 250 گرام۔ روزانہ ایک خوراک لینے سے بواسیر کو مستقل فائدہ ہوتا ہے۔ ویسے تو دوب گھاس ہر موسم میں ملتی ہے مگر برسات کے موسم میں زیادہ اُگتی ہے۔ آپ چاہیں تو اسے سکھا کر محفوظ بھی رکھ سکتے ہیں۔ دوب کا جوشاندہ یا رس تے کوئی الفور روکتا ہے۔ **پتھری** اگر کسی کو مثانہ یا گردہ کی پتھری ہو تو دوب کا رس 1/2 چمچ صبح و شام پلانے سے اور دودھ اور پتے والی سبزیاں و ٹماٹر سے پرہیز کرنے سے پتھری آہستہ آہستہ گھل کر نکل جاتی ہے۔ **امراض چشم:** دوب پیس کر ڈالنے سے آشوب چشم ٹھیک ہو جاتا ہے۔ **پاگل پن:** غشی، ہسٹریا اور فشار امرم قوی HBP میں مصری ملا کر استعمال کریں۔

(بحوالہ: جڑی بوٹیوں کا انسائیکلوپیڈیا۔ ڈاکٹر حکیم ہری چند ملتانی)

(بقیہ: دل کی بیماری لاعلاج نہیں)

شراب، تمباکو نوشی اور نشہ آور اشیاء سے پرہیز ضروری ہے۔ چائے کی کثرت اور ترش اشیاء کا استعمال بھی درد دل کو دعوت دیتا ہے۔ کثرت مباشرت اور غصہ کے جذبات کو کنٹرول میں رکھنا چاہیے۔ درد دل کے مریض خشک فضاء و خشک آب و ہوا سے محفوظ رہیں۔ اگر ہو سکے تو مریض کو جون جولائی کے مہینوں میں مری یا کوئٹہ جیسے صحت افزاء مقامات پر چلے جانا چاہیے۔ لذت و مسرت کے جذبات اعتدال سے نہیں بڑھنے چاہئیں، جنسی جذبات سے مغلوب نہیں ہونا چاہیے جنسی ماحول بھی ایسے مریضوں کے لیے میٹھے زہر سے کم نہیں ہوتا۔ آج کل کی مخلوط تعلیم درد دل کا ایک بہت بڑا سبب ہے کیونکہ ایسے ماحول میں رہنے والا جنسی جذبات سے مغلوب ہونے لگتا ہے۔ جنسی جذبات کا بار بار ابھرنا اور تکمیل نہ پانا اس کا بڑا سبب ہے۔

عادت طبیعت کو ضعیف کر دیتی ہے اور اس کے خلاف کام کرواتی ہے۔ (ارسطو)

عالم انسانیت پریشان اضمحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے کہ آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات، پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور ان پر آزمائے اور نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔

وہ سب نتائج اس کتاب میں سمو دیئے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ ہے۔ جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوئے۔ قیمت -/180 روپے 40فی صد رعایتی قیمت کے بعد -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل۔ عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے۔ ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام بیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہبر میسر نہیں آیا۔ یقین جانیے یہ کتاب ایک رہبر اور راہنما اور بامقصد ساتھی ہے، جو ہر جگہ آپ کے کام آئے۔ ایسے لوگ جو عامل نہیں بننا چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف و عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، یہ کتاب ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔ قیمت -/180 روپے 40فی صد رعایتی قیمت کے بعد -/110 روپے علاوہ ڈاک خرچ

کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور در بدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے۔ کچھ قدم قبرستانوں، ویرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ ایک الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات ناقابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پراسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے۔ عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے در بدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں، وہ ہوا نہیں لگنے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے۔ ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں۔ اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچانے والے بھی۔

قیمت -/180 روپے، 40فی صد رعایتی قیمت کے ساتھ -/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ

کائنات ایک راز ہے اور یہ رازوں اور بھیدوں سے لبریز ہے۔ ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ بھید کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور بھرپور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف دل کی دنیا جیتنے والے ہی پا سکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ باکمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت ازبام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کرواتا ہے۔ آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

قیمت -/180 روپے 40فی صد رعایتی قیمت کے ساتھ -/110 روپے میں علاوہ ڈاک خرچ

عبقری الحمدللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔